



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD**

**CARRERA DE GASTRONOMÍA**

**“ Propuesta de Elaboración de Recetas de Autor, en base a productos  
Ecuatorianos con Técnicas de vanguardia ”**

**Monografía previa a la obtención de título en  
Licenciado en Gastronomía y Servicio de  
Alimentos y Bebidas**

**AUTOR:**

Jaime David Mesias Tello

C.I. 1802493278

**TUTOR:**

Licenciado: Marcelo Paúl Esparza Villamarín

C.I. 1716656606

**Cuenca, 21 de Marzo 2016**





UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **RESUMEN**

En nuestro país en los últimos tiempos se ha dado un boom en el área gastronómica ya que se empieza a dar mucho realce al tema de rescatar sabores y tradiciones, además las personas cada vez se van volviendo más exigentes y comparativas , esto nos lleva a crear nuevas opciones de sabores y técnicas para la elaboración de los mismos.

De cierta manera las personas que elaboramos alimentos nos vemos en la obligación de satisfacer a nuestros clientes ya no sólo en el sabor. Ahora también en presentaciones y texturas que lleguen a sorprenderlos.

Sin olvidarnos de las raíces propias de cada plato y más bien resaltando el consumo de cada elemento que los compone

Así hacemos una fusión perfecta entre lo moderno y lo tradicional

## **Palabras claves**

Cocina de autor, vanguardia, tradición, innovación, técnicas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **ABSTRACT**

In our country in recent times there has been a boom in the dining area as it begins to give much prominence to the issue of rescuing flavors and traditions as well as people increasingly are becoming more demanding and compare this leads us to create new options of flavors and techniques for making them.

In a way we produce food people we are obliged to satisfy our customers not only in taste. Now also in presentations and textures that come to surprise them.

Not to mention the very roots of each dish and rather highlighting the consumption of each element that composes

So we make a perfect fusion of modern and traditional

### **Keywords**

Cuisine, art, tradition, innovation, techniques.



## INDICE

RESUMEN.....	2
ABSTRACT .....	3
INDICE .....	4
CLÁUSULA DE DERECHOS DE AUTOR.....	6
CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL .....	7
AGRADECIMIENTO .....	8
DEDICATORIA .....	9
INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULO 1.....	11
ANÁLISIS DE LA COCINA DE AUTOR .....	11
1.1 Cocina de Autor .....	11
1.2 Qué es la cocina de Autor .....	11
1.3 Historia de la cocina de Autor.....	15
1.3.1 Clases de Cocina.....	17
1.3.2 La cocina tradicional .....	19
1.3.3 La nueva cocina.....	21
1.3.4 La cocina molecular .....	24
1.3.5 La cocina fusión.....	26
CAPÍTULO 2.....	27
GENERALIDADES .....	27
2.1 Técnicas utilizadas en la cocina de autor .....	27
2.2 Procesos .....	30
2.3 Métodos tradicionales .....	31
2.4 Técnicas de Vanguardia.....	35
2.5 Deconstrucción .....	42
2.6 Fusión .....	44



UNIVERSIDAD DE CUENCA

2.7 Química molecular en la cocina.....	46
CAPÍTULO 3.....	49
PRODUCTOS NACIONALES QUE VAN HA SER UTILIZADOS .....	49
3.1 Productos de la Sierra ecuatoriana .....	49
3.2 Características .....	49
3.3 Productos de la Costa .....	49
3.4 Características .....	50
3.5 Porque se van utilizar estos productos .....	50
CAPÍTULO 4.....	54
CREACIÓN DEL RECETARIO .....	54
4.1 Técnicas utilizadas en las preparaciones .....	54
4.2 Métodos de cocción .....	54
4.3 Elaboración de Fichas.....	55
4.4 Degustación y tabulación de resultados .....	85
4.4.1 Tabulación de resultados .....	86
CONCLUSIONES .....	90
RECOMENDACIONES.....	91
ANEXOS .....	92
BIBLIOGRAFÍA.....	98



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## CLÁUSULA DE DERECHOS DE AUTOR



Universidad de Cuenca  
Clausula de derechos de autor

*Jaime David Mesias Tello*, autor de la monografía “Propuesta de Elaboración de Recetas de Autor, en base a productos Ecuatorianos con Técnicas de vanguardia”, reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Licenciado en Gastronomía y Servicio de Alimentos y Bebidas. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autor.

Cuenca, Marzo de 2016

Jaime David Mesias Tello

C.I: 1802493278



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL



Universidad de Cuenca  
Clausula de propiedad intelectual

*Jaime David Mesias Tello*, autor de la monografía "Propuesta de Elaboración de Recetas de Autor, en base a productos Ecuatorianos con Técnicas de vanguardia", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor.

Cuenca, Marzo de 2016

Jaime David Mesias Tello

C.I: 1802493278



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero expresar mis más sinceros agradecimientos a mis padres Jaime Mesias y Marcia Tello que son el pilar fundamental en mi vida y siempre me han apoyado en todo, a la Lcda. María Eugenia Jarrín por su apoyo en la elaboración de este proyecto, a mi compañera de vida Ruth Arias mi esposa que junto con mis hijos están a mi lado apoyándome y han confiado en mí, a mis maestros universitarios en la Facultad de Ciencias de la Hospitalidad, a la Lcda. Marlene Jaramillo que me ayudo en la elaboración de esta Monografía.

Finalmente quiero agradecer a mis compañeros de grupo de NA ya que ellos me han motivado a seguir y cumplir con este proyecto.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

## DEDICATORIA

Quiero dedicar este trabajo a mi madre Marcia Tello Rodríguez quien ha sido pilar fundamental en mi vida la que siempre lucho en mis momentos difíciles y estuvo con sus consejos y enseñanzas, mi madre es la bendición más grande de mi vida sin ella no hubiera podido llegar a terminar este sueño de llegar a ser un profesional.

De manera muy especial a mis hijos: Camila Mesias Ayala, Victoria Mesias Arias y David Mesias Arias que son el regalo más grande que me dio el Señor.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## INTRODUCCIÓN

La presente monografía, tiene por objeto la elaboración de un recetario basado en productos Ecuatorianos, utilizando recetas de autor y con técnicas de vanguardia

Para realizar este proyecto doy a conocer como apareció esta nueva propuesta de cocina, la combinación de técnicas tanto clásica como de vanguardia y así también los cocineros referentes a nivel mundial y local utilizando ingredientes que están desapareciendo y motivar a las nuevas generaciones de cocineros a utilizar productos nuestros en sus preparaciones, así llevamos la gastronomía del Ecuador a niveles competitivos en el mundo.

Al final de mi investigación, se trata sobre la creación de los platos de mi autoría con productos ecuatorianos, sus respectivas recetas y fichas técnicas. Utilizando técnicas culinarias de vanguardia como la desconstrucción, la cocina molecular, la fusión entre otras, para la elaboración de los mismos, y así ofrecer recetas diferentes que sean el deleite de los comensales.

El recetario lleva por título "NUESTRA COCINA DE LA TRADICIÓN A LA INNOVACIÓN" con todas las preparaciones, gramajes, explicaciones e imágenes de cada una de las recetas.

La aceptación de las recetas fue calificado por una degustación con profesores y alumnos de la Facultad de Ciencias de la Hospitalidad donde se evaluó: el sabor, la presentación, y la innovación en los platos obteniendo los resultados esperados.

Como conclusión: La innovación en los platos es totalmente viable y aceptada, ya que al utilizar técnicas de vanguardia, podemos respetar los sabores tradicionales sin alterar su composición simplemente ofrecemos una nueva y muy llamativa presentación



## **CAPÍTULO 1**

### **ANÁLISIS DE LA COCINA DE AUTOR**

#### **1.1 Cocina de Autor**

El concepto de Cocina se refiere a aquellos cocineros o restauradores no cocineros que diseñan una estrategia culinaria singular y renovadora, basada en el gusto tradicional, pero innovadora que representa un salto cualitativo con respecto a la cocina anterior. Significa la madurez creativa de la cocina del siglo XX que pasa de la dictadura del chef cómplice a la aportación del cocinero creador que encuentra un estilo propio y modifica el gusto.

Con la cocina de autor, el cocinero es capaz de expresar, crear y servir su propio estilo. Toma lo mejor de los otros y lo presenta a su manera, generalmente son ofrecidos en un menú de degustación, marcado por su sello personal escogiendo sus mejores creaciones para presentar al cliente un menú representativo de sus creaciones en pequeñas y estudiadas porciones. Preocupándose por el montaje, procurando dar al comensal un animado juego de colores, texturas, formas y sabores, que le procuren una satisfacción perdurable. (Ferran Adrià, 2015)

Los métodos de la deconstrucción y la reconstrucción. La deconstrucción separa cada uno de los elementos de una preparación, para luego reagruparlos de manera distinta a la forma original, restituyendo en la memoria del comensal el sabor de la preparación original. La reconstrucción combina los ingredientes de una preparación para crear un plato que tiene sabores distintos pero que está hecho con iguales ingredientes. No obstante, esos procesos no siempre funcionan, porque, para lograrlo, es necesario que el comensal tenga alguna memoria del plato, para lograr evocarlos (cocinayvino.net, 2015)

#### **1.2 Qué es la cocina de Autor**

La cocina de Autor es emplear nuevos productos, técnicas, artefactos y utensilios que permiten innovar de manera sorprendente dejando rastros y lo que en estos momentos se está practicando, aunque a algunos no le guste el nombre, es la Cocina de Autor. Por el simple hecho de que las bases de la



cocina tradicional se siguen utilizando, se ocupan de principios de la Nouvelle Cuisine<sup>1</sup> y la utilización de todo tipo de productos como en la cocina fusión es sinónimo de globalización y conocimiento de los productos. Es una simbiosis de varios estilos, cada cocinero prepara lo que mejor le parece y lo presenta a su manera, siempre respetando lo que al fin y a cabo se trata la alta cocina, presentar una necesidad (alimentarse) con buen gusto, en todo el sentido de la palabra.

La Cocina de Autor tiene una filosofía que sería en cierto modo contradecir el nombre que recibe, por ende cada cocinero que practique este tipo de cocina tendría una propia identidad y filosofía. Sin embargo hay algunos cánones que se encuentran para hacerse una idea general de lo que se trataría y a lo que apunta la Cocina de Autor recogiendo un poco de todos los estilos anteriores, ya que este solo hecho implica un desarrollo culinario.

El punto más importante a destacar es ver la comida no solo como una necesidad, sino que más a modo de un placer, así, el comer será un todo que envolverá los sentidos por completo, no solamente el gusto. El comer en uno de estos establecimientos con estas características va más allá de ir a degustar unos platos que por lo general no se suelen preparar en el hogar, unos va a un completo ritual a lo que servicio se refiere, no hay detalle que se deje al azar, desde la entrada al mismo local, pasando por el sentarse en la mesa, comer y hasta que uno lo deja, cada momento esta estudiado, el personal que está a cargo de ofrecer estos servicios es fundamental para completar el todo que mencionábamos anteriormente, la Cocina de Autor iba más allá de dar alimento con buen gusto, es por esto que no solamente el personal de cocina tiene que estar capacitado o al menos instruido, sino que cada uno de los que trabaja tiene una función esencial para que no falte ninguna pieza en el puzzle<sup>2</sup>.

Primero que nada, el chef deja de ser esa persona inculta que trabaja en las penumbras de los fogones. Hoy, en la mayoría de los casos, el chef es dueño del establecimiento, ya sea en sociedad o solo, es una persona que también debe saber además de cocina, administración, higiene, nutrición entre otras. Su

---

<sup>1</sup> Es un enfoque a la cocina y presentación de comidas.

<sup>2</sup> Consiste en recomponer una figura o una imagen combinando de manera correcta.



batallón son los cocineros pero al fin y al cabo es el quien va a la cabeza de esta obra que necesita una sincronización perfecta entre todos los integrantes, cocineros, maitres, garzones, etc.

El personal de son personas que tienen un trato correcto con la gente, saber aconsejar en ciertas circunstancias y saber explicar cada uno de los platos que están en la carta. No existe un número ideal de personal de sala para estos establecimientos, pero suele pasar que al ser comedores que no superan las cincuenta plazas, aparte del Maitre, no se necesitan muchos más personas para ofrecer un servicio rápido y eficiente además de cordial, gracias básicamente al buen timing que hay entre cocina y sala.

Uno de los factores que ayuda a coordinar este baile es el medianamente nuevo Menú Degustación. Acá se sirven pequeñas porciones de platos que aparecen en la carta, cantidad que fluctúa entre los cinco hasta las veinte pequeñas porciones, para así dar a conocer mayor cantidad de sabores, que el deleite se prolongue y sea más variado. Se dice que esto es renovar, pero la verdad es que se asemeja mucho a los banquetes que se ofrecían en la Edad Media donde se colocaban en la mesa muchas preparaciones distintas, de manera que los comensales degustaban lo que deseaban, en todo caso, otra de las razones por las que nace este Menú Degustación es porque refleja el alma del cocinero a cargo de la casa, el elige el menú según su criterio, por lo general coloca los platos más representativos de su cocina y los que al mismo tiempo deben estar en armonía unos con otros, es decir que no se repitan productos, tipos de cocciones, salsas u otros elementos de cada plato. Muchas veces también se agregan platillos o bocadillos que no pertenecen en si al Menú Degustación, se sirven al principio como entrantes o bien como entremeses, entre un plato y otro. Se podría decir que van variando día a día y aquí el chef prueba preparaciones nuevas y según la respuesta del cliente, estas se podrían agregar en una futura carta o no.

El rescate de los petit fours<sup>3</sup> que tanto gustaban y se habían perdido. En la mayoría de los casos, estos van por parte de la casa, con esto el chef puede

---

<sup>3</sup> Es un pastel de pequeño tamaño, dulce o salado, de la repostería francesa



usar a sus propios comensales como conejillo de indias para probar nuevas elaboraciones y al mismo tiempo darle más razones al comensal para no dejar la casa, como los cocineros llaman a sus restaurantes, con una sensación de haber tenido una noche completa sin que faltara nada.

En la cocina de autor aparecen varios términos como, cocina fusión, cocina novoandina, cocina de vanguardia, cocina molecular, todas estas tendencias tienen un mismo fin. Utilizar varios ingredientes, nuevos o conocidos, hacer que todos los sabores se conjuguen con las texturas y porciones, crear técnicas nuevas para que cada plato sea un derroche de creatividad y sabor, por ende, el cocinero debe tener muchos conocimientos de otras culturas y tendencias para así poder hacer sus creaciones muy globalizadas (Ferran Adrià, 2015)

### **1.2.1 Montajes y presentaciones**

La manipulación de los alimentos para presentar los platos viene en relación con la higiene de todos los trabajadores, ya que una persona, en este caso el jefe de cocina no se arriesgaría a contaminar a alguno de sus comensales solamente para montar mejor un plato. La gente que le gusta el buen comer ven con distintos ojos la manipulación de alimentos a como se veía hace treinta años cuando los cocineros y las cocinas no eran precisamente el ejemplo de la higiene.

Esto ha dado paso a la soltura, la creatividad y el ingenio. Podríamos darles un mismo plato a diez cocineros distintos y seguramente cada uno lo presentaría de una forma distinta. Ya en la Nouvelle Cuisine se ampliaba el diámetro de los platos para dejar más espacio para la creatividad pero hoy se va mas allá, cada preparación necesita un plato distinto ya sea por aspecto visual o porque tiene una forma especial de comérselo o por alguna otra razón que todavía no se ha divulgado, pero el hecho esta claro y el juego de colores, formas y texturas es cada vez más importante. Se toma mucho en cuenta el orden de comer las distintas partes de un plato o la forma, debido a que el sabor será distinto de una forma u otra.



Se siguen ciertos puntos en cuanto a una preparación en cuanto al montaje y presentación; deben haber distintas texturas, se juega por lo general con la armonía de los colores, tiene que existir volumen, no es necesario recargar los platos, no se aceptan electos no comestibles como guarniciones, la simpleza es muy importante porque da la sensación de limpieza, pureza y dar a entender de que nada está puesto al azar, sino que cada elemento en la preparación es consecuencia y complemento a la vez.

En definitiva el montaje es la presentación del producto ante los ojos del comensal, se le da gran importancia, muchas veces es el chef quien está chequeando todas las preparaciones y montándolas para que no hayan fallos. El fin es llegar a lograr una personalidad marcada, que con el solo hecho de ver un plato saber de quién es y que se reconozca su estilo. (Ferran Adriá, 2015)

### **1.3 Historia de la cocina de Autor**

La cocina creativa es una evolución de la “nouvelle cuisine”, que apareció en los años 70 como una reacción a la “cuisine classique” (cocina clásica) francesa, y se basó en platos más livianos y delicados, sin salsas pesadas ni vegetales cocidos en exceso y dándole una gran importancia a una presentación que tenía que estimular los cinco sentidos, especialmente la vista.

Una revolución de la cocina creativa es que la comida se desaburguesa. Antes, una buena cena consistía en langosta, caviar, ostras y cosas así. Ahora se considera que un producto es bueno, no por su precio, sino por su calidad y por lo que se puede hacer con él.

Esta cocina no implica sólo al sentido del gusto. En ella participan todos, incluso lo que Ferrán Adriá llama “el sexto sentido”, la memoria culinaria de cada uno que permite que al probar algo nos evoque otras experiencias.

Otra de las rupturas de la cocina creativa es que termina con el monopolio gastronómico de Francia. Ahora los restaurantes más reconocidos están en países del norte de Europa, Japón o, muy especialmente, España.



Ahora se ha convertido en un referente de la cocina a nivel mundial. Mucha culpa la han tenido un grupo de jóvenes cocineros que, sin complejos, han roto con las recetas y técnicas de toda la vida. (el tenedor blog, 2013)

Las fronteras culinarias se expanden cuando se trata de presentar, en un solo platillo, ingredientes, condimentos, especias y técnicas de diferentes territorios y culturas.

La cocina de autor se relaciona con la cocina tradicional representativa de un país, en el cual un acreditado cocinero, mediante su experiencia, trayectoria y sabiduría culinaria, innova y fusiona la cocina de su país de origen con una cocina foránea o mestiza. Ambas cocinas se unen para crear un nuevo género, caracterizado por la armonía, estética y exquisitez de los platillos, especialmente en el uso de las materias primas, sazones, aromas y especias. El autor integra de manera creativa y científica esas particularidades, creando nuevas versiones de los platillos típicos y tradicionales. (sites.google.com, 2015)

#### **1.4 Cocina De Vanguardia**

La verdadera clave de una cocina de vanguardia está en el binomio “sabor y conocimiento”. Es el camino por el cual podemos complacer plenamente a los entusiastas que rebuscan en las guías gastronómicas la originalidad y la creatividad.

La cocina de vanguardia que deba valorarse a partir de apreciaciones subjetivas. Es una cocina muy evolucionada, de investigación y de laboratorio y debe presentar una gastronomía intelectualizada. El “saber” y el “sabor” van parejos y cocinar es una disciplina que potencia la inteligencia y la inspiración.

Los platos de la cocina de vanguardia, muy complejos en su ejecución, requieren una explicación previa: se trata de convertir la necesidad fisiológica de comer en la afición sibarita de degustar y la necesidad intelectual de comprender; es decir, entender el proceso que ha culminado en la obra de arte y sabor que sitúan delante de todos nuestros receptores y que debemos aprehender tanto con nuestros sentidos como con nuestra inteligencia y





erudición; en suma, debe ser una degustación guiada después de haber recibido una explicación del qué, el cómo y el porqué.

De entrada, esta apuesta por la creatividad y la evolución como razón de ser y entender la cocina. Más allá por aquellos tiempos de cuevas y mamuts, se le reconoció y se le premió, como mínimo, por una actitud creativa en la medida en que fue el primer ser humano que logro transformar aquellos productos que la naturaleza les proporcionaba en algo mejor, en algo apetitoso y apetecible, que despertó a quienes lo probaron sensaciones nunca antes percibidas. El cocinar, pues, devino en un acto de generosidad, el primero si cabe, por el cual el hombre se convirtió, en palabras de Giménez Gracia , “en el primer animal autótrofo: aquel que come no lo que encuentra fuera si no lo que prepara con su propio ingenio”. (Joan Carles Tortosa, 2012)

- Creativa: La creatividad es poder ver lo que no todo el mundo percibe. Teniendo en cuenta que todo ya existe de alguna forma, el creador original será capaz de acceder a lo que muy pocas personas ven y, con la ayuda de sus conocimientos, ofrecer algo nuevo

#### **1.4.1 Clases de Cocina**

Si bien la palabra cocina puede hacer referencia a distintos conceptos, aquí se hablará de la cocina como un arte de la gastronomía. Cada región, persona o país tiene sus propias técnicas y costumbres para cocinar sus propios alimentos.

Puede ser clasificada de distintas maneras:

Según sus técnicas:

- Cocina fría: este tipo de cocina surgió en las últimas décadas. Esto se debe a los cambios en los tiempos, sobre todo en las mujeres, que destinan menos tiempo a tareas en el hogar. Es por ello que el número de platos fríos o pre fabricados ha aumentado de manera muy notable. Además estos platos son más frecuentes durante los meses de temperaturas más elevadas, ya que son frescos y livianos. Algunos ejemplos son ensaladas, sopas frías, sándwiches, entre otros.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Cocina molecular: muy revolucionario ya que se basa en la introducción de elementos químicos como es el caso de nitrógeno. Además combina la comida cuyas moléculas son armoniosas entre sí. Por otro lado se encarga de estudiar los ingredientes y cuáles será su reacción, a nivel químico. No solo son inventadas recetas nuevas, sino que son incluidas algunas que son hechas desde hace mucho tiempo.
- Cocina fusión: lo que se busca aquí es mezclar distintas clases de cocina, de todo el mundo. Se implementan técnicas, ingredientes, recetas de lugares muy distintos para crear nuevas sensaciones.

La cocina también puede ser clasificada por su país de origen:

- España: esta cocina es influenciada por las distintas regiones del país, pero sobre todo por la cocina mediterránea. Algunas de sus características en común son, el uso de aceite de oliva, ajo, cebolla en grandes cantidades y el pan siempre se encuentra presente para acompañar las comidas.
- Otros ingredientes que son muy usados en esta cocina son las papas, batatas, zanahoria, pimiento, lentejas; dentro de las frutas la naranja, sandías, peras, nueces, almendras, piñones; en cuanto a las carnes es muy común el cerdo, la ternera, cabras, también se consume mucho pollo y embutidos como jamón, chorizo, morcilla, y los pescados son esenciales, ya sea pulpo, sardina, calamar, entre muchos otros.
- Caribe: esta cocina surge a partir de la combinación de la cultura española y los pueblos originarios del Caribe. A ello se le suman ciertas influencias africanas, por lo esclavos traídos a América.

En esta cocina se utiliza mucho los granos, tubérculos, frutos autóctonos, como la banana, también son utilizados granos y hervas. Sumado a ello ingredientes traídos de otros lugares, como la canela, el curry, jengibre, distintos tipos de ají, entre otros.

Además muchas veces se observa como entremezclado con las técnicas culinarias, rituales religiosos.



- Italia: esta cocina se caracteriza por poseer influencias de todas aquellas culturas con la que el imperio romano se mantuvo en contacto. Sus platos más conocidos suelen ser las pastas y las pizzas sin embargo poseen muchos otros platos exquisitos.

Los ingredientes que más se utilizan son hongos, todo tipo de hortalizas y verduras, siendo las más frecuentes el tomate, albahaca y pimientos. Los cítricos también son muy importantes. En cuanto a sus carnes, se no solo hay muchos embutidos, como el salame o la mortadela, jamón, también es comida mucha ternera, buey y carnes de aves. El pescado no es muy consumido.

- China: en este país existe una gran tradición en cuanto a sus comidas, donde se busca la armonía entre los colores, aromas, tradiciones, sabores, etc. Sus platos se conocen por no ser abundantes. El wok es la herramienta más utilizada. Se caracteriza por el gran consumo de frutas y verduras y arroz, sus ingredientes siempre deben ser muy frescos y sanos. El consumo de carnes rojas es muy escaso, por lo general son consumidas las carnes blancas. La cocción por lo general es al vapor o frito en el wok. (Simple organization, 2012)

#### **1.4.2 La cocina tradicional**

La culinaria o arte culinario es una forma creativa de preparar los alimentos y depende mucho de la cultura, en términos de conocimientos respecto a los alimentos, su forma de prepararlos, así como de los rituales sociales establecidos alrededor de la comida. No hay que confundirlo con gastronomía, que englobaría a esta en un campo más general dedicado a todo lo relacionado con la cocina.

Existe un arte culinario característico en cada pueblo, cultura y región. Hoy en día con el fenómeno de la globalización, con la continua comunicación de millones de personas y la influencia de los medios de comunicación, así como del comercio han conducido a un mayor conocimiento y aprecio de las cocinas foráneas, y una mayor facilidad para acceder a su preparación. Sin embargo, una gran mayoría de esas recetas y sus variaciones tienen sus orígenes en las



cocinas tradicionales desarrolladas a lo largo de mucho tiempo, con rituales de preparación transmitidos a lo largo de muchas generaciones.

La cocina tradicional es un arte fundamentalmente social, con caracteres locales y tradicionales, pero la sociedad moderna ha conseguido facilitar su elaboración, apoyado por la fácil adquisición de materias primas que se cultivan, a veces, a miles de kilómetros de distancia. Es importante, en la cocina moderna, esta base de distintos orígenes étnicos y culturales. (wikipedia, 2012)

Establecer una clasificación de todos los tipos de cocina que existen en el mundo es una tarea muy complicada. Debido a la gran disparidad cultural del planeta, la lista sería interminable. Por ello nos ceñiremos a los tipos de cocina que se pueden consumir en el mundo occidental. En primer lugar debemos tener presente que la cocina puede ser privada o tradicional (la que se consume en el hogar), y pública o profesional (la que se produce en los restaurantes, hoteles, establecimientos de catering, etc.).

En cada país conviven numerosos tipos de cocina, correspondientes a las distintas regiones. En España, algunas comunidades autónomas presentan una antigua tradición gastronómica, cuyas características han ido variando con el paso del tiempo. La cocina catalana del siglo XVIII, por ejemplo, no es idéntica a la del siglo XX; se trata, pues, de una cocina viva, que evoluciona. Debe observarse que la cocina regional puede comerse en los hogares (cosa cada vez más difícil) o en los restaurantes. La cocina internacional o clásica tiene un origen distinto. Su nacimiento coincide con el de los restaurantes tal como hoy los conocemos, y no ha alcanzado, por lo tanto, los dos siglos de existencia. Las bases de este tipo de cocina las establecieron grandes cocineros como Carême o Escoffier, entre muchos otros, y a lo largo del tiempo también han experimentado una evolución. (recetaecuatoriana.com, 2014)

El estudio de las cocinas tradicionales nos puede permitir conocer las características de la vida social, económica y productiva de los grupos sociales o de las comunidades en las cuales se desarrolla; así como aquellos cambios que han ocurrido en su estilo de vida y cómo éstos se reflejan en la



alimentación y, en especial, en la desaparición o adaptación de saberes y prácticas culinarias. Por otra parte, nos deja ver cómo han influido para que se produzca la transformación alimentaria tanto la urbanización como la globalización y las nuevas condiciones del mercado. Así mismo, las cocinas tradicionales regionales constituyen parte del patrimonio intangible de las sociedades y las comunidades, que son a su vez un elemento de identidad y una pieza fundamental de las economías regionales y locales (Meléndez Torres & Cañez De la Fuente, 2009)

### **1.4.3 La nueva cocina**

#### **La Nouvelle Cuisine**

El término Nouvelle Cuisine denomina a una nueva forma de cocinar los productos basada en la creatividad y la imaginación, que respeta los sabores originales empleando salsas ligeras, además de importar y mezclar sabores de todo el mundo. La nueva cocina muestra un especial interés por las texturas de los alimentos, al respetarlos y potenciarlos. Por último, la cuidada presentación de los platos se muestra como la característica más reconocible de esta corriente culinaria.

Este estilo nació en Francia en los 1970s con los estudiantes de Fernand Point, especialmente los hermanos Jean y Pierre Troisgros , Paul Bocuse , entre otros. En la década de los 70 los críticos culinarios franceses Henri Gault y Christian Millau acuñaron el término Nouvelle Cuisine en su guía gastronómica Gault-Millau. La nouvelle cuisine se hizo popular a fines de los 1970s y en los 1980s.

La presentación de la comida y el atractivo visual son fundamentales en la nouvelle cuisine. La comida tenía que estimular los cinco sentidos, especialmente la vista. Se dejó de delegar la tarea de la presentación de la comida en los camareros, como sucede en la haute cuisine (alta cocina); los platos se servían ya presentados desde la cocina. Se puso mayor hincapié en el uso de hierbas y especias y las salsas y caldos usados eran más livianos.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Se dejó de usar también la harina como espesante de salsas, y se reemplazó por salsas más livianas espesadas con yemas de huevo, manteca y crema.

La nouvelle cuisine creó platos livianos con sabores distintivos, combinando sabores en lugar de cubrirlos, y resaltó también un servicio de mesa menos entrometido. Los platos simples pero elegantes y los sabores puros son las principales características de la nouvelle cuisine.

Existe un debate sobre si se ha abandonado o no la nouvelle cuisine. Muchas de sus características, especialmente la preferencia por sabores frescos presentados en platos livianos, fueron asimiladas en las corrientes principales de la cocina de restaurante. Aunque el énfasis de la nouvelle cuisine en servir porciones pequeñas (en grandes platos) muchas veces hizo que fuera objeto de burlas en la cultura popular, su influencia en la alta cocina e incluso en restaurantes más cotidianos es muy importante.

El decálogo en el que se basaban sus formas de cocinar es el siguiente:

- 1º Rechazar la complicación inútil y descubrir la estética de la simplicidad.
- 2º Reducir el tiempo de cocción tal como se practica en la cocina china para casi todos los mariscos, pescados, volatería y para ciertas legumbres verdes y para la pasta.
- 3º Practicar la cocina de mercado; es decir, comprar los productos frescos.
- 4º Reducción de las cartas; subordinándolas naturalmente a los mejores géneros disponibles.
- 5º Abandonar las marinadas y sobre todo el horrible faisandé.
- 6º Rechazar las salsas demasiado ricas, demasiado densas; aquellas terribles salsas que pesaban sobre el estómago y el hígado y que servían muy a menudo para maquillar productos de poca calidad.
- 7º Retornar a la gastronomía regional, a las sabrosas recetas del terruño, locales.
- 8º Curiosidad hacia las técnicas del progreso; utilizar todas las ventajas de la ciencia, incluso del congelado para mejorar la cocina.



9º Búsqueda de una cocina dietética y saludable.

10º Constante invención; la mezcla atrevida de nuevos gustos a veces lleva a hallazgos de una calidad excepcional, deslumbrante. (vivez votre vie est fantastique)

Corrían los últimos años de la década del sesenta donde la ciencia lo invadía todo y el progreso era cada vez más. La abundancia de estos tiempos reflejaba su distinción en la delgadez de las personas, se cambiaba el estereotipo de mujer hermosa de más bien de líneas redondas, a una de silueta mucho más ESBELTA, en el fondo se veía venir un cambio en la gastronomía básicamente motivado por la distinción entre lo bueno y lo sano.

Engrosar las salsas, la utilización de ingredientes, esencias y especias poco usuales para ese momento así como la liberación de su uso, se aceptaba la introducción de ingredientes y de prácticas orientales y se prestaba mucha atención a la presentación, o mejor, a la decoración del plato que se llevaba a la mesa.

En la práctica, además de esos principios más o menos justificados, se agregó el uso de platos de gran diámetro, para darle más importancia al arreglo y decoración de los platos, aceptando de paso el uso de las manos para el manejo de los alimentos que iban a la mesa en haciendo hincapié en la higiene, e incluyendo dibujos hechos con las salsas y con la utilización de ingredientes, flores, vegetales crudos o cocidos, en pequeñas cantidades e independientes de la preparación en sí, pero que incluso entraban a formar parte del nombre del plato en el menú, aunque no fueran para comerlos. Se cortaba el formato de banquetes con patas enteras cocidas y puestas en la mesa o donde el Maître hacía malabares para flambear unos crêpes o trincar un pato que llegaba entero a la mesa, esto pasaba a ser mas de feria que de restaurante.

Se daba excesiva importancia a la influencia de la comida en la salud en detrimento del sabor, del placer de comer, que pasó a ser el villano para la salud. Entre los años 1970 y 1976, aumentaron de forma considerable las



tiendas de productos naturales y dietéticos, como también aumentan de un momento a otro los restaurantes de comida esencialmente vegetariana.

La nouvelle cuisine, como movimiento perdió fuerza pronto, pero si dejó influencias, quizás la más importante la liberación de los cocineros de lo que consideraban como ataduras o limitaciones de las estrictas normas de Escoffier, que si bien ha traído beneficios, ha sido llevado más allá de los límites por los menos capaces que bajo el amparo de la innovación y con la premura por distinguirse en ser los primeros en innovar de cualquier manera, llevan a la mesa preparaciones mediocres o no suficientemente probadas y experimentadas en la cocina, utilizando en definitiva al comensal como conejillo de Indias. Otro punto que cabe destacar, es el redescubrimiento del cuerpo, donde el sentido del gusto pasa a ser tan importante como el oído, la vista o el tacto, dándosele mayor valoración al tener unas buenas papilas gustativas y un paladar sutil, marcando una gran diferencia entre un goloso y un experimentado gourmet.

Por otra parte, Francia como buen vendedor de sus productos, exporta este tipo de cocina autóctona a las mejores escuelas de cocina del mundo, pasando a ser la base teórica de las nuevas camadas de cocineros, o por lo menos la que presentaba un mejor enfoque a largo plazo.

En definitiva esa liberación fue a la vez, lo mejor y lo peor que nos dejara la nouvelle cuisine que, como movimiento integral, pasaría a ser sólo un recuerdo que quedaría en el paladar de muchos, pero poco en que se olvidó que la comida es placer además de necesidad esencial para el hombre. (Ferran Adrià, 2015)

#### **1.4.4 La cocina molecular**

Esto, contribuiría a resarcir a los productos que se dejan de lado y los integrarían a una nueva gama de preparaciones. Entonces se desarrolla nuevas preparaciones al servicio del comensal y del legado gastronómico. En este período aparecen los aires y las espumas, la fusión de culturas y de técnicas, los cambios de estados -de un medio líquido a uno sólido o viceversa-





ya que existe una mayor preocupación, debido a las exigencias de los paladares, a las nuevas tendencias gastronómicas, y a la satisfacción plena de los estómagos de los comensales. Por ende, surgen nuevos términos tales como la Cocina de Autor, la Cocina Fusión y La Cocina Molecular. En las últimas décadas surge la gastronomía molecular, que tiene relación con las propiedades físico-químicas de los alimentos y los procesos tecnológicos a los que éstos se someten, como son el batido, la gelificación, y el aumento de la viscosidad, por mencionar solo algunos. Todo ello va a depender de los ingredientes que se seleccionen, las mezclas que se hagan entre ellos y las técnicas que se apliquen. Los alimentos son compuestos orgánicos (proteínas, hidratos de carbono, lípidos y vitaminas) y minerales, que cuando son sometidos a procesamiento son capaces de manifestar sus propiedades transformándose en espumas, emulsiones, geles u otras estructuras que pueden ser infinitas en gastronomía, dado que en ella se está continuamente innovando. Mezcla entre cocina y ciencia, la cocina molecular explora las transformaciones y fenómenos culinarios y discurre en restaurantes-laboratorios donde chefs de renombre internacional como Heston Blumenthal (en el The Fat Duck) o el español Ferrán Adrià (El Bulli) se calzan los lentes y el guardapolvos para preparar nuevos y mejores platos con la ayuda del nitrógeno líquido, termómetros, hornos súper precisos y espectrómetros de resonancia magnética, termocirculadores, emulsificantes o enzimas crean los platos más exquisitos, las combinaciones más sorprendentes y sobre todo aseguran el éxito final. Utilizando la técnica más precisa garantizan que un soufflé se levante o que la carne asada esté tierna. Es toda cuestión de partículas y moléculas, igual que en un laboratorio en la cocina se pueden aplicar los principios básicos de manipulación de sustancias y los instrumentos específicos para hacerlo. Las enzimas permiten que la pasta de marisco se pegue y se puedan hacer espaguetis de marisco.

Los instrumentos adecuados permiten inyectar en la carne jugos para alcanzar el punto óptimo de humedad o determinar en qué tipo de metal hay que cocinar la mermelada para garantizar que salga bien. El nitrógeno líquido permite cambiar la dureza de una sustancia y lograr por ejemplo que una sopa sea tan



dura como la cáscara de un huevo. Se prepara helado adicionando nitrógeno líquido a la mezcla batida. Los cristales de hielo que se forman cuando se está elaborando un helado son más pequeños cuanto más rápida es su velocidad de congelación, y cuanto más pequeños son los cristales de hielo, más cremoso resultará el helado. La cocina básicamente es química, pero de ello nos hemos dado cuenta hace muy poco tiempo. Estas técnicas tratan de "aprovechar los avances de la ciencia para crear platos más sabrosos y de mejor calidad" (El laboratorio en la cocina, 2006)

#### **1.4.5 La cocina fusión**

El término o concepto cocina fusión por lo general se emplea en la gastronomía para indicar la mezcla de estilos culinarios de varias culturas y la utilización de los ingredientes más representativos de cada país.

Si bien es cierto la mezcla, adaptación o fusión de alimentos, especias y técnicas dentro de la cocina han dado como resultado nuevos platillos, llenos de armonía, sabores contrastantes, presentaciones insólitas lo que ha dado paso a una cocina fusión, pero los cocineros tenemos claro que toda cultura es respetada y más aún engrandecida al instante que queremos fusionarla con la nuestra ya que al momento de hacer la fusión, lo primero que está en nuestra mente es la aceptación de un comensal globalizado, al cual no solo queremos sorprender con presentaciones llamativas, también queremos cubrir todas las expectativas tanto en sabor, cantidad y valor nutricional, lo que en resumen sería que todo cambio que se dé dentro de la cocina tradicional de cualquier cultura o región si está realizada con respeto y pasión, será para enriquecerla. (Jornadas Gastronómicas, 2011)



## CAPÍTULO 2

### GENERALIDADES

#### 2.1 Técnicas utilizadas en la cocina de autor

La tecnología es parte fundamental en nuestra vida, la cual crece a pasos agigantados estamos en una era tecnológica que cada vez crece a pasos agigantados, de igual forma ésta, se ha desarrollado en la cocina, desde sus inicios, con las primeras cocinas hasta la utilización de nuevos equipos y materiales, necesarios para buscar nuevos sabores, texturas, aromas etc. y a su vez es un reencuentro con los sabores y aromas tradicionales, las técnicas utilizadas son todas aquellas que utilizamos a la hora de elaborar nuestras creaciones y sus técnicas se basan en los productos a utilizar y en las elaboraciones que se crean. (Suárez Peñafiel & Saldaña Galindo , 2013).

##### 2.1.1 Técnicas básicas

**Esferificación:** Esta técnica culinaria empleada por Ferran Adrià utiliza una sustancia procedente de algas naturales, llamada alginato, que permite crear esferas de alimento líquido protegidas por una membrana muy fina, parecidas a las huevas de pescado. Al entrar en la boca, se produce una explosión de estas esferas que liberan un sabor fuerte y puro, creando una peculiar experiencia gastronómica. (ocio.lne.es, 2013)

**Rotavapor:** Joan Roca, de 'El celler de Can Roca', decidió innovar en su cocina con un destilador que al funcionar al vacío permite trabajar a temperatura mucho más baja y extraer aromas en forma líquida que pueden ser utilizados para dar personalidad a los platos. Actualmente no hay cocinero que se precie sin una rotavapor en su cocina. (ocio.lne.es, 2013)

**Olla 'de depresión':** Para esta técnica la Universidad Politécnica de Valencia ha patentado una olla llamada **Gastrovac**. Permite cocinar e impregnar en vacío: al crear una atmósfera artificial de baja presión y ausencia de oxígeno, la Gastrovac reduce considerablemente las temperaturas de cocción y fritura, manteniendo así la textura, el color y los nutrientes de los alimentos. Además mediante esta técnica se logra el "efecto esponja": al restaurar la presión



atmosférica, el alimento absorbe el líquido que tiene alrededor, lo que permite infinitas combinaciones de alimentos y sabores. (ocio.lne.es, 2013)

**El horno antigravitatorio:** Este aparato, además de proporcionar un ambiente de gravedad cero, se compone de calefactores internos que emiten un calor controlado y parejo a todo el plato. Lo que consigue este electrodoméstico es una presentación esférica y simétrica perfecta, sobre todo de sopas o tortas. (Grupo Editorial Prensa Iberica, 2013)

**Espumas:** uno de los inventos del español Ferrán Adriá que más llamaron la atención. Con la ayuda de un sifón se puede lograr que alimentos como verduras, quesos o frutas obtengan una textura similar al de una mousse, pero sin el agregado de otros productos, lo que hace que los sabores y aromas se mantengan intactos y mucho más suaves. Imaginar una espuma de centolla, de papas o de peras puede sorprender hasta el más exigente paladar. (ocio.lne.es, 2013)

**Gelatinas calientes:** estas gelatinas son extraídas de algas que se encuentran en su mayoría en mares del sur de África. Se caracterizan por soportar altas temperaturas de cocción, lo que permite que se mantengan calientes y en estado sólido, por ejemplo, para ser parte del relleno de una pasta, de una carne o ser un plato en sí mismo. 3. Aires: los aires o humos son simplemente agregados que sirven para llevar al plato un determinado aroma. Se los ve sobre la comida en forma de burbujas encadenadas o a veces en globos que se alcanzan al comensal para que deje escapar sus aromas antes de probar un determinado plato. Los hay de rosas, de mar, de menta, etc. (ocio.lne.es, 2013).

**Cocina al vacío:** esta nueva forma de cocción es la menos usada por los restaurantes, no porque sea desechada, sino porque los artefactos para ponerla en práctica son excesivamente costosos. Básicamente, los alimentos son puestos en bolsas, cerrados al vacío y cocinados en agua durante un tiempo y a una temperatura determinada. De esta manera se mantienen en esa bolsita y en el alimento en sí, todos y cada uno de los sabores del producto. (ocio.lne.es, 2013)



**Criococina o cocina con Nitrógeno líquido** A partir del uso del nitrógeno líquido se logran congelaciones prácticamente instantáneas, que evitan la formación de cristales de hielo, y permiten texturas realmente sorprendentes. Todavía en fase de experimentación, con él se logran preparaciones como el "dragón oil".

Este consiste en una bola de aceite virgen sometida al nitrógeno líquido, que al meterla en la boca y cerrar ésta, hace que por las narices del comensal salgan con fuerza dos chorros de humo blanco, que le dan el aspecto de dragón a que se refiere el nombre del plato (ocio.lne.es, 2013)

**Deconstrucción:** un término aplicado a la utilización de muchas de estas técnicas para desarmar un plato en diferentes componentes. Básicamente se trata de tomar los ingredientes principales de un plato y tratarlos por separado cambiando totalmente sus cocciones y texturas. Imaginar una clásica tortilla de papas, pero servida en una copa de martini donde en el fondo hay una mermelada de cebollas, en el centro un huevo poché y arriba una espuma de papas. (ocio.lne.es, 2013)

**Cocción interna:** Se trata de una parrilla de acero inoxidable dotada de asas sobre la que se distribuyen varias hileras de puntas de acero, un lecho donde carnes y pescados se cocinan uniformemente y con rapidez, mediante una cocción efectuada desde el centro del producto que evita la pérdida de jugos y nutrientes. El procedimiento es sencillo: se calientan las puntas de la parrilla directamente sobre el fuego de gas, con la parrilla invertida descansando sobre sus asas, y una vez dada la vuelta, insertar en los clavos los productos, que se cocinarán en cuestión de segundos. Los alimentos absorben los aromas con los que se espolvorean la parrilla. La cocción se finaliza mediante el uso de un soplete. (ocio.lne.es, 2013)

**Liofilización** De manera simple, esta técnica consigue secar los alimentos manteniendo todas sus propiedades. Para ello, se elimina el agua congelando los alimentos y esta se evapora directamente, sin pasar de nuevo a líquido. (ocio.lne.es, 2013).



## 2.2 Procesos

Paul Bocuse en su libro “Cocina de mercado” introdujo normas para la orientación de una nueva cocina

- Los alimentos que van a ser cocinados deberán conservar el sabor que les es propio
- Nunca se debe pensar en un menú por adelantado, sino acudir al mercado por la mañana y, en relación a lo que allí se ha encontrado, confeccionar la carta, procurando siempre simplificarla, aligerando los menús
- Mentalizarse de que ya no son necesarios esos fondos de salsas, esos adobos o demás formas de macerar, excesivamente recargados, que se consideraban imprescindibles en la cocina
- La simplificación de los alimentos repercute sobre todo en los tiempos de cocción; los pescados se han de servir de manera que la parte de su carne que esté en contacto con la espina quede ligeramente rosada, las verduras deben cocerse “al dente”, lo mismo que las pastas Italianas
- No es posible cocinar bien sino se pone en ello el corazón pues para satisfacer a los comensales ha de pensarse en ellos con amor

En el libro Procesos de cocina, Escrito por José Luis Armendáriz Sanz se menciona la contraposición que se dio al inicio de la nouvelle cuisine ya que aparecieron cocineros improvisados a elaborar platos extravagantes sin respetar técnicas a dar raciones ridículas lo que hizo que los comensales se alertaran frente a los restaurantes que ofertaban esta comida

Para poder manejar una cocina moderna, de autor, fusión o cocina de vanguardia etc. se deben respetar los siguientes puntos

- La imaginación en los fogones, lo que da pie a realizar elaboraciones nuevas con los productos de la región, creando así una cocina regional



basada en la cocina regional de antaño y por su puesto con el dominio de las técnicas básicas.

- Las innovaciones tecnológicas, técnicas de frío, hornos de convección-vapor , el envasado al vacío , los robots de cocina, los silpats y un largo etcétera de utensilios que simplifican las técnicas y mejoran los sistemas de conservación y cocinado de los productos.
- La cocina de mercado, volver a los productos de la tierra y en la mejor época de sazón sin desdeñar otros productos de fuera que, gracias a los sistemas de transporte y conservación nos llegan en perfectas condiciones y que complementan la oferta del mercado.
- La profesionalización, el conocimiento de normas de dietética y nutrición sumado al conocimiento de los productos, su tratamiento y los métodos de cocinado, llevan sin duda al éxito.
- La primacía del producto original basados en sistemas de cocinados sencillos que no alteren su sabor original, reducción de las cocciones para preservar aromas, sabores y texturas. Que cada cosa sepa a lo que es.
- Aligerar las comidas reduciendo los excesos de grasa, eliminar las espesas salsas sustituyéndolas por jugos o fumets y condimentar lo justo para que el recuerdo de una comida no sea una pesada digestión (Sanz Armendáriz, 2011)

### **2.3 Métodos tradicionales**

Los métodos de cocción son una técnica culinaria con la que se modifican los alimentos crudos mediante la aplicación de calor para su consumo.

Cocción significa modificar la textura, el color, el sabor y la consistencia de los alimentos, por medio de una fuente de calor. No hay cocción sin una transferencia de calor. Todos estos cambios se deben a una serie de



reacciones que suceden durante el proceso de cocción. (es.wikipedia.org, 2016)

**Reacción de Maillard**, esta reacción química altamente compleja sucede durante ciertas cocciones (no todas), ejemplos son el dorado y la crocancia superficial de las carnes asadas, el pan horneado, el dulce de leche, etc. (Extilles Alex, 2009)

**Desnaturalización de proteínas**. El calor conlleva una desnaturalización de las proteínas, dando como resultado un aumento de la terneza de las carnes, la coagulación del huevo, la transformación de colágeno en gelatina, etc. (Estellis, 2009)

**Caramelización de azúcares**, el ejemplo más claro es el caramelo. (Estellis, 2009)

**Ablandamiento del tejido fibroso de los vegetales**.

**Gelificación** del almidón esencial en la cocción de alimentos con alto porcentaje de almidón; hervor del arroz, pastas, papas, etc (Estellis, 2009)

**Hervir (Boullir)** Proceso de cocción justo en el punto de ebullición o antes de dicho punto (Mijoter). El medio utilizado para hervir puede ser agua, caldo o salsa. La cocción puede comenzar con el medio líquido frío o en ebullición. Cuando se utiliza para una pre-cocción, comúnmente se lo conoce como blanqueado. (Extilles Alex, 2009)

**En vapor (Vapeur)** Proceso de cocción en donde el medio transmisor de calor es el vapor de agua. Sus cualidades consisten en mantener los nutrientes de los alimentos, su color y su sabor. El tipo de cocción empleado es por concentración. (Extilles Alex, 2009)

**Breseado o en su jugo (Braisier)** Técnica de cocción en medio líquido graso con tapa (o en braisiere) y en el horno. Se emplea para piezas de carne grandes, ejemplo: carnes de cordero, aves o chanco. Es una cocción lenta que permite obtener una pieza cocida muy tierna y brillante en la superficie. (Extilles Alex, 2009)





**Guisar o Estofar (Etouffée)** Esta técnica de cocción combina vapor húmedo y grasa con un poco de líquido adicional. Se usa especialmente para cocinar carnes, verduras y frutas (manzanas, ananás, duraznos). Como se trabaja con poco líquido adicional se realzan los sabores y aromas de cada ingrediente. (Extillles Alex, 2009)

**Freír (Frire)** Proceso de cocción donde los alimentos están completamente sumergidos en un medio graso a temperatura constante o creciente (170-180°C). Se pueden freír papas, batatas, masas (buñuelos) y carnes en general. Los medios grasos empleados son: grasas de origen animal, aceites de origen vegetal, manteca clarificada o grasas hidrogenadas. El tipo de cocción empleado es por concentración. (Extillles Alex, 2009)

#### **Estabilidad de los medios grasos de fritura**

Las grasas y aceites sufren alteraciones químicas por acción del calor y llegan a quemarse si se sobrecalientan, produciendo "Acroleína" -irritante de la mucosa nasal y probablemente cancerígena-. La temperatura en la cual el medio graso comienza a quemarse se denomina "punto de humo", y varía según la naturaleza de la grasa y del aceite. (Extillles Alex, 2009)

**Saltear (Sauter)** Técnica de cocción con materia grasa en poca cantidad, previamente calentada y con movimiento del producto; para terminar la cocción se pueden agregar otros líquidos. Los medios grasos empleados son: grasas de origen animal, aceites de origen vegetal, manteca clarificada.

El salteado se hace en cantidades y porciones pequeñas. Es un método rápido y ágil que se puede usar para casi cualquier tipo de alimento mientras que sea pequeño o esté cortado en trozos. (Extillles Alex, 2009)

**Grillar** Técnica de cocción en el cual se utiliza medio graso y calor seco mediante una parrilla calentada con carbón, gas o electricidad. El tipo de cocción aplicado es por concentración. (Extillles Alex, 2009)

**Asar (Rótir)** Técnica de cocción en la cual el alimento es rociado muchas veces con un líquido graso (aceite o fondo de cocción), sin otros líquidos adicionales y sin tapar. Se pueden asar lomo, roast-beef, ternera, chancho,



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

cordero, pollo, pato, perdices, carnes de caza, papas, batatas, etc. El tipo de cocción aplicado es por concentración. Puede asarse en horno o en cruz:

Una vez cocidas, las piezas de carne en general, se deben dejar reposar de 5 a 10 minutos antes de cortarlas, así se equilibran las temperaturas y se evita la pérdida excesiva de jugo. (Extlles Alex, 2009)

**Hornear** Técnica de cocción con calor seco, sin agregados de grasa ni líquido, sin tapa y sobre placas o moldes. Es el método por excelencia para la cocción de las masas de pastelería. (Extlles Alex, 2009)

**Glasear (Glacer)** Esta es una técnica empleada para dar brillo a un alimento, previamente cocido o no, con una reducción del fondo de cocción o con un caramelo claro. Esta técnica combina en general varios procesos de cocción, finalizando en el glaseado. Ejemplo: glaseado de una pieza de carne con su propio fondo de cocción, o el glaseado de zanahorias, zucchini, ajos, cebollitas, etc en un caramelo agridulce.

No se distingue un tipo de cocción, ya que los procesos empleados son variados. (Extlles Alex, 2009)

**Gratinar (Gratiner)** Técnica que en realidad finaliza una cocción o dora un alimento y se realiza a temperaturas muy altas, corto tiempo y con una fuente de calor superior (mayor a 250° -300°C). Se utiliza una salamandra o gratinadora (mal llamada carlitera).

Se emplea para obtener:

Superficies crocantes y secas: con queso o pan rallado.

Superficies doradas y suaves: con cremas, huevos, bechamel, salsa holandesa, etc.

Se pueden gratinar pescados, carnes en general, papas, verduras, pastas y postres. Los alimentos delgados o frágiles como las vieyras, las ostras o el lenguado se pueden cocinar mediante el gratinado (Extlles Alex, 2009).



## 2.4 Técnicas de Vanguardia

La cocina contemporánea, llamada cocina de vanguardia es un estilo de cocina con claro sabor español. Primero porque son los cocineros españoles los que la están haciendo famosa en todo el mundo (con Ferran Adrià a la cabeza) y porque son jóvenes cocineros españoles los que están recogiendo el testigo aportando su granito de arena para que dicha cocina sea reconocida y asiente las bases para el futuro.

No se trata pues de una moda, es una nueva concepción que empieza a afianzarse como líder en gastronomía y que planta cara (en el mejor sentido) al templo intocable de la cocina francesa.

Si tenemos en cuenta que la “nouvelle cuisine” comenzó durante la década de los años setenta, no pasó ni un suspiro (en lo que a tiempo se refiere) y ya despuntaban otras maneras de hacer cocina. ¿Y qué es eso de la cocina de vanguardia? Pues es difícil de explicar aunque hay características muy particulares que la diferencian de las anteriores tendencias culinarias. (FerrerInnovation, 2014)

La cocina de vanguardia española es:

- CREATIVA:

Antes que cualquier otra cosa, la cocina de vanguardia es cocina creativa. Creativa porque está en continua evolución, porque busca nuevos retos y porque se basa en la idea de buscar nuevos caminos que permitan innovar en el futuro.

Cada plato es único y no es sólo una interpretación sino una nueva receta, ya sea por la textura de los alimentos, la presentación o porque “recuerda” a la receta de la que el autor se ha inspirado. La cocina creativa del momento tiene como lema “no copiar” ya que, si bien se utilizan técnicas parecidas o los ingredientes pueden llegar a ser los mismos, el plato final es siempre una novedad.

Comparando esta faceta con lo que se hacía en la alta cocina hasta ahora encontramos diferencias y similitudes. En la historia de la gastronomía



siempre hubo (o por lo menos hasta los años setenta) algunos avances puntuales y justo después un tiempo en el que los maestros cocineros copiaban hasta que se producía otro nuevo avance. Estos cocineros conocían su oficio pero no aportaban nada nuevo ya que seguían estrictamente las instrucciones de cada receta. En los años 70 con la nouvelle cuisine (cocina nueva), los cocineros comenzaron a crear sus propias recetas y a reinterpretar lo que se había hecho hasta el momento. En este sentido también se trató de una cocina creativa aunque no en toda su plenitud ya que la cocina creativa contemporánea no sólo inventa recetas sino que descubre nuevos caminos (técnicas, conceptos, productos...) por lo que se llega al nivel máximo de creatividad. (FerrerInnovation, 2014)

- RESPETUOSA AL MÁXIMO CON EL PRODUCTO:

A pesar de lo que pueda parecer, el producto es el indiscutible protagonista de la cocina de vanguardia. La alta cocina contemporánea sólo utiliza productos de máxima calidad. Esto, en principio no dista un ápice de la nouvelle cuisine aunque hay un detalle que hace de la cocina de vanguardia algo nuevo: todos los productos son tratados con el mismo respeto.

Se ha desechado la idea de que sólo se pueden o deben usar alimentos considerados de categoría como el caviar, para utilizar y dar la misma importancia a otros que no formaban parte de la cocina de alto postín, como por ejemplo las sardinas o los huesos de aceituna.

En la cocina de vanguardia tiene la misma importancia una mousse de chocolate y una mayonesa y los platos no son elaborados dependiendo del precio o la fama de los productos que lleven.

Esta es la gran diferencia con lo que se venía haciendo hasta los años 80 ya que la lista de productos que un restaurante utilizaba era muy cerrada y siempre enfocada a alimentos con prestigio.

Además de considerar cualquier clase de alimento (siempre que tenga potencial dentro de la cocina) se apuesta por productos autóctonos primeramente, de ahí que la cocina de vanguardia tenga una clara influencia



española. La cocina de vanguardia nacida en España utiliza productos españoles (lo autóctono como estilo) por lo que su influencia es también española.

Hasta el momento cuando se hablaba de alta cocina había que hacerlo en francés y esta es quizá la diferencia más importante con respecto a la nouvelle cuisine (FerrerInnovation, 2014)

- **MINIMALISTA:**

La cocina contemporánea se ha deshecho de cualquier clase de añadido. Los platos son presentados de la forma más sencilla posible. La composición busca ser llamativa usando el mínimo número de elementos, de ahí que las cantidades sean las justas.

Esta máxima es la cúspide de un proceso que se lleva produciendo en los últimos siglos, pasando de enormes festines con cantidades ingentes de comida hasta llegar a la mínima expresión de hoy en día.

El minimalismo en la cocina tiene como consecuencia el uso cada vez mayor de los menús degustación. En dichos menús el cocinero intenta exhibir todo su conocimiento de forma que se tiende a servir muchos platos pero con una cantidad pequeña en cada uno. Esto no es nada nuevo en la cocina española ya que recuerda a la cultura del pincho y la tapa. Esta es por tanto una característica que hace de esta clase de cocina algo tan español y la distingue no solamente de tendencias anteriores sino de otras formas de cocina actual. (FerrerInnovation, 2014)

- **COMPLEJA:**

Una cosa es que los platos sean presentados “sin adornos innecesarios” y otra muy diferente que el plato sea elaborado de forma sencilla.

Cada plato tiene un significado en sí mismo. Puede que quiera hacernos pensar sobre algún tema en concreto, o que pretenda dejarnos totalmente diferentes, o nos haga recordar algo (otro plato, o un lugar, o un momento de nuestra vida). En definitiva, que lo que es presentado de forma “sencilla” suele llevar aparejado muchas reacciones (distintas para cada persona,



normalmente). El cocinero, en definitiva, ha pensado en todos los detalles al milímetro: presentación, significado, elaboración, etc. no son cuestiones dejadas al azar.

En esta complejidad hay una búsqueda constante del equilibrio ya que se quiere expresar mucho con el mínimo posible por lo que los colores, la distribución en el plato, la vajilla, los sabores, los olores... todo debe expresar al máximo de la forma más directa posible. Esta complejidad no dista mucho, sin embargo, de lo que se venía haciendo desde la aparición de la nueva cocina ya que sus cocineros más conocidos revolucionaron en su momento la cocina aportando su propia interpretación. No se trataba tanto de saber cocinar una receta determinada sino hacerlo con un toque personal. (FerrerInnovation, 2014)

- **TÉCNICA Y CIENTÍFICA:**

En este sentido la relación gastronomía-tecnología va en sentido inverso a lo que sucedía en el pasado. Hasta la nouvelle cuisine, si se ideaba algún aparato o utensilio era porque se quería hacer lo mismo pero de una forma más fácil. Por ejemplo, la batidora: en principio se ideó como un aparato que conseguía mezclar los alimentos para hacer salsas de forma más rápida y con mejores resultados. Es decir, se partía de una receta existente y que se elaboraba de una manera determinada (a base de batir a mano, en este caso) para buscar, en la técnica, una ayuda.

Actualmente, el proceso se ha invertido. Pongamos por ejemplo las esferificaciones. En este caso se partió de la posibilidad de poder “solidificar/formar” un líquido sin perder las características físicas de dicho líquido gracias al uso de un alga. Pues para poder llevar a cabo la nueva creación gastronómica (esferificación) fue necesario idear primero una serie de utensilios que la pudieran hacer posible.

Otro ejemplo muy ilustrativo es el del “rotaval”. Esta máquina que permite destilar a temperaturas bajas y conseguir esencias de casi cualquier cosa, fue



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

creada porque Joan Roca y su equipo querían utilizar esencias en sus preparaciones y no había nada en el mercado que pudiera ayudar. Dicho de otra manera, primero la técnica y luego la receta.

El propio Joan Roca lo dejó claro al decir: “el roner nació de una necesidad que teníamos nosotros de tener...”

La cocina de vanguardia no ha tenido ningún problema en acercarse e incluso asimilar como propio lo que ha considerado necesario de disciplinas que no tenían relación hasta el momento con el mundo de la gastronomía, cosa que no había sucedido hasta el momento.

La llamada gastronomía molecular escenifica este hecho. La cocina de vanguardia se ha acercado sin complejos a la química, la física y la ingeniería para poder llevar a cabo ideas revolucionarias. El uso de productos venidos de la industria y la investigación del uso de nuevos alimentos –como las algas- ha convertido a la cocina contemporánea en la aglutinadora de conocimientos que no tenían una aparente relación entre si en la alta cocina.

Estas dos características -complejidad y técnica- han originado el nombre de cocina tecno-conceptual expresando la unión de lo que cada plato significa con la investigación que inevitablemente necesita. (FerrerInnovation, 2014)

- **SORPRESIVA Y DIVERTIDA:**

Salvo que se sea un especialista en la materia o se conozca muy bien el menú, para cualquiera que va a un restaurante de cocina de vanguardia todo es una sorpresa. Desde el local (cada vez más “fashion”) hasta llegar a la expectación de qué nos van a servir y cómo.

Si bien la cocina nueva apostaba por la “autoría” del cocinero (en el sentido de cocinar bajo su propia interpretación de las recetas) y siempre se buscaba que el plato aportara nuevos sabores o texturas y, por tanto, nuevas sensaciones, ahora la novedad no sólo viene en el plato sino en todo lo que le rodea.

La sorpresa es incluso uno de los 23 puntos sobre la nueva cocina que Ferran Adrià expuso en su ponencia de Madrid Fusión de 2007 (la descontextualización, la ironía, el espectáculo, la performance, son



completamente lícitos, siempre que no sean superficiales, sino que respondan o se conecten con una reflexión gastronómica).

En los restaurantes de la cocina de vanguardia españoles se suele explicar, por ejemplo, qué es y cómo debe comerse (impensable hasta la fecha), a veces los últimos retoques se realizan en frente del cliente y con buenas dosis de excitación por parte del comensal (como cuando te preparan helados usando nitrógeno) y se utilizan elementos que no eran propios de un restaurante (nubes de azúcar como en las ferias o bolsas de plástico con formatos como los de los supermercados).

Los claros límites entre lo dulce y lo salado que dominaban los menús de los grandes restaurantes han desaparecido para ser mezclados dentro de un mismo plato o simplemente aparecer en un orden diferente (es común que algún plato dulce aparezca en medio del menú o se acabe con un postre con reminiscencias saladas).

El menú degustación ayuda a crear un ambiente de continua expectación. El cliente siempre está expectante ante lo que vendrá después. El ir y venir de platos nuevos, las instrucciones que es necesario seguir para poder disfrutar al máximo de ellos, la preparación de algunos de ellos en la sala, etc. hacen de cualquier restaurante de cocina de vanguardia un pequeño teatro en el que cada plato es como un nuevo acto. Se sobrepasan por tanto los límites de la gastronomía para entrar en otros mundos que hasta ahora no estaban relacionados con la comida, lo que diferencia a la cocina moderna de cualquier otra expresión gastronómica anterior. (FerrerInnovation, 2014).

- ‘DE FUSIÓN’:

Con este nombre se conoce una de las características más novedosas de la cocina de vanguardia. Se trata del uso de productos y técnicas que vienen de cualquier país del mundo. En este sentido, la cocina asiática (japonesa, china,





tailandesa, etc.) es la que más está influyendo en los restaurantes de alta cocina. Hablamos de la cocina de fusión.

En un mismo plato, por ejemplo, podemos encontrar frutas de dos países distintos cocinados con una técnica que proviene de un tercero.

Es esta característica, la que más se separa de lo que se hacía anteriormente en gastronomía. Si bien a lo largo de la historia siempre se han utilizado alimentos llegados de diferentes partes del mundo (sobre todo tras los viajes de Marco Polo o el descubrimiento de América), el “monopolio” de la cocina francesa siempre hizo que las elaboraciones y recetas emularan de alguna manera o como mínimo tuviera reminiscencias de la cocina francesa anterior. Ahora no; en estos momentos la influencia puede venir de cualquier parte del mundo y si bien hay un uso continuo de los productos autóctonos, existe una continua búsqueda de otras formas de entender la cocina (cocineros que estudian en diferentes partes del mundo o “buscadores” de nuevos alimentos y técnicas). (FerrerInnovation, 2014)

- PERSONAL:

En este sentido sigue la misma línea de lo que la cocina nueva aportó en su momento. La cocina nueva supuso una ruptura con la concepción de que el cocinero era un “fotocopiador” de recetas. Es decir, hasta la década de los setenta las recetas estaban perfectamente estructuradas de forma que el cocinero dedicaba su saber a elaborarlas lo mejor posible siempre dentro de las premisas que creaba la receta. Con la nouvelle cuisine esto cambió, el cocinero empezó a ser creador de sus propias recetas e intérprete de recetas ya conocidas. Comenzó el camino de lo que ahora la cocina de vanguardia ha llevado hasta el extremo: cada cocinero es libre de cocinar lo que quiera, no hay límites. Influencias que vienen del mundo de la naturaleza, la pintura, la química, la física, el espectáculo... en principio todo es susceptible de ser una inspiración para el cocinero por lo que al tener libertad de elección, cada uno expresa su propia idea de cocina, su propia “filosofía” de la cocina.

Para unos será la fusión con otras cocinas lo que los caracterice (Alberto Chicote), el terruño (Arzak, Carme Ruscalleda, Dani García), los aromas (Joan



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Roca), el gusto de los alimentos (Andoni Luis Aduriz), la innovación (Adrià, Paco Roncero), etc.

Todos los cocineros dentro de esta tendencia plasman su sello en cada una de sus creaciones de ahí que esta cocina actual se haya dado en llamar también cocina de autor.

Si personal es la cocina de vanguardia en cuanto a su preparación, también lo es en cuanto a su interpretación. El juego de colores, sabores, formas y texturas provoca en el comensal reacciones diversas y eso, es precisamente lo que se busca desde un principio, la complicidad con el cliente. Para ello se recrean sabores del pasado o se cocina con texturas y formas que recuerdan a otros lugares (el colegio, el mar, la montaña...) por lo que la reacción dependerá de los recuerdos que tengamos de dichos lugares.

La cocina de vanguardia indaga por tanto en el llamado sexto sentido, en la intelectualidad del hecho gastronómico. Aduriz lo describe así: "(...) en mi restaurante estamos para crear un momento (...) conmover, robar el corazón de las personas". Digamos que el plato pone en contacto al cocinero, al comensal y todas las experiencias vividas por ambos. (FerrerInnovation, 2010)

### **2.5 Deconstrucción**

"La deconstrucción consiste en utilizar elaboraciones ya conocidas, transformando las texturas de sus ingredientes así como su forma y temperatura. De esta forma se ofrece un plano que suena a conocido y se ofrece algo distinto que sorprende al comensal " Adrià

En el escrito de Sebastián Mariani Álvarez, Publicado el 17 de octubre de 2012, describe claramente el concepto de DECONSTRUCCIÓN

La Deconstrucción es un término artístico, que fue utilizado por Adrià para definir su propuesta culinaria.

El significado que le atribuyó Adrià dista enormemente del original.

Con el término Cocina de Deconstrucción, Adrià intentó definir el trabajo que venía llevando a cabo desde que reconvirtiera su restaurant, El Bulli.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

En éste, la propuesta gastronómica había sufrido un fuerte golpe de timón en los 90.

Por entonces, El Bulli había abandonado los platos de influencia de la alta cocina francesa, para adentrarse en la cocina catalana tradicional, y tenerla como buque insignia.

La apuesta era arriesgada, ya que ofrecer cocina regional rompía la tendencia imperante, y traía consigo poco marketing.

Pero Adrià la hizo evolucionar, y con una vocación más intuitiva que intelectual, logró volverla más atractiva.

La propuesta era sencilla y genial: partiendo de recetas y preparaciones tradicionales, y recurriendo a la memoria gustativa de los comensales, reescribir las preparaciones con nuevas técnicas de preparación.

Adrià lo define así: “La deconstrucción consiste en utilizar y respetar armonías ya concebidas y conocidas, transformando la textura de los ingredientes, así como su forma y temperatura, manteniendo cada ingrediente, para incluso incrementar la intensidad de su sabor”.

Ferrán Adrià utiliza el término deconstrucción de forma literal; descomponer como alternativa a ensamblar, a amalgamar.

La consecuencia de esto, es un comensal que recibe un plato que no reconoce visualmente, pero sí al momento de probarlo, a través del gusto, siempre que la preparación pertenezca a su cultura y forme parte de su memoria gustativa.

Para obtener dicho resultado, la Deconstrucción se nutre de la gastronomía molecular, que le brinda el conocimiento y las opciones, para generar nuevas presentaciones.

Mediante técnicas modernas, se exploran nuevas texturas, vistas y temperaturas para los ingredientes de la receta, y se logra potenciar su sabor original.



Las nuevas texturas representan espumas, gelatinas calientes, granizados, croquetas líquidas, chips y crujientes, sabores que estallan en la boca, y que desprenden humo.

En el acto gastronómico pues, ahora participan los cinco sentidos. La experiencia se vuelve más rica, y más atractiva. Se reinventan las recetas de toda la vida.

“Si queremos que todo siga igual, es preciso que todo cambie, para que pueda quedar tal cual”

Esta frase, que parece tener poco de revolucionaria e innovadora, es sumamente elocuente al momento de definir esta escuela gastronómica de vanguardia.

En los hechos, la Deconstrucción ha oficiado de blindaje y escudo protector de las recetas tradicionales de cada región, al volverlas más atractivas y apetecibles para los nietos y bisnietos de sus creadores originales. (Álvarez, 2012)

## **2.6 Fusión**

En la fusión consiste en unir en una elaboración elementos de distintas culturas. Esto que parece una nueva corriente gastronómica provocada por la confluencia en muchas ciudades de distintas culturas que abren establecimientos ofreciendo sus cocinas, con el siguiente intercambio de técnicas y productos no es un movimiento reciente, y los ejemplos los podemos encontrar en la cocina inglesa con sus chutneys y currys de la época colonial, o en su tradicional cocina regional española, inimaginable sin los productos traídos desde América, Aunque es cierto que este nuevo intercambio cultural, unido a las posibilidades de viajar da una nueva perspectiva a la hora de crear platos diferentes. (Álvarez, 2012)

Juan Martín Blanco. Analista en servicios gastronómicos y chef. En una nota realizada para la página de internet ESPACIO GOURMET hace un análisis de la cocina fusión.



El mundo gourmet tiene infinitas opciones para degustar y disfrutar. Tantas, que seguimos conociendo algunas de ellas y hoy te contamos de qué se trata la cocina fusión. Vivimos en una aldea global y la cocina no se queda atrás; con ella se aúnan técnicas y productos de distintos países. Esta apertura hacia la fusión de sabores dio lugar a nuevas combinaciones en la cocina, como la ítalo-japonesa, la franco-japonesa y la amplia oferta de la cocina asiática. En nuestro país, la comida oriental se convirtió, en los últimos años, en una especialidad nacional. Solo en Buenos Aires hay cerca de 250 restaurantes especializados en fusiones con la cocina asiática. El ansia por lo inesperado y el atractivo de sabores exóticos y lejanos, seducen cada vez más a los consumidores. Dos especialistas nos explican en qué consiste este fenómeno.

Juan Martín Blanco, analista en servicios gastronómicos y chef, explica que la cocina fusión es la combinación de técnicas de cocina, recetas o productos de distintos países y regiones. En ella, ingredientes tradicionales de un país se mezclan con productos de otra región o técnicas de cierta cocina cruzan las fronteras para realizar un plato con productos típicos de otro lugar.

Esta tendencia surge con las migraciones y la unión de culturas gastronómicas. Se nombra a Australia y a Perú como las cunas y los países con mayor desarrollo de este tipo de cocina, dado por la inmigración y la mezcla de culturas. Además, la cocina fusión se puede encontrar en Francia con Marruecos y/o países del Sudeste asiático, en México y en Estados Unidos. En Buenos Aires, hay varios restaurantes que trabajan con la cocina del sudeste asiático-peruana, exótica-francesa e italiana-peruana, entre otras.

Sin embargo, la fusión de cocinas es muy antigua, ya que una forma de colonizar a los pueblos era imponiendo nuevas recetas o comidas. Por ejemplo, el curry fue un invento inglés para conquistar India, donde cada tribu tenía su propio condimento.

Entre las características de esta cocina, se destaca la utilización de condimentos, salsas o especies de otro país combinadas con los productos del lugar (por ejemplo, la leche de coco, chiles, cilantro, coriandro, curry). Además, su clave es combinar sabores y texturas. Los ingredientes no están



estipulados, no hay ninguno obligatorio, sino que dependen de qué culturas gastronómicas se sumen.

Para Blanco, es posible fusionar cocinas o ingredientes, pero lo que no se puede hacer es mezclar porque sí. “Debemos buscar un mejor resultado, realzar las características de los productos y sorprender, pero siendo respetuoso de las culturas”. Cuando dos cocinas se unen ninguna tiene preponderancia sobre la otra, sino que es una cuestión de combinación.

Con esta corriente de fusión de las cocinas, la gastronomía se enriquece con la apertura de fronteras y una mayor cantidad de productos y de técnicas. Otro de los pro de la cocina fusión tiene que ver con la creatividad y la incorporación de nuevos ingredientes y sabores. Sin embargo, hay que ser cuidadosos, ya que mezclar por mezclar puede traer equivocaciones.

Blanco opina que los mejores resultados se dan en la unión entre la gastronomía peruana y la japonesa. “Creo que tiene que ver con la relación que tienen ambos pueblos con sus cocinas y que son muy respetuosos de los productos. En Perú hay mucha migración japonesa y se trabajan muy bien los pescados y mariscos, a los que se suman frutas o productos tropicales” (Blanco, 2012)

## **2.7 Química molecular en la cocina**

El movimiento comenzó en 1992, cuando un grupo de científicos y cocineros se reunieron en un taller internacional en Erice, Italia, para discutir cómo se utilizan las recetas de cocina y para tratar de encontrar formas de mejorarlas estudiando la física y la química que existe en ellas. A cargo del taller estuvieron Nicholas Kurti, un físico nacido en Hungría, que enseñó en Oxford, Reino Unido; Hervé This, quien es actualmente profesor de gastronomía molecular en el Instituto Nacional de Investigación Agrónoma de Francia (INRA) en París; y Harold McGee, escritor de ciencia, en Estados Unidos.

En estos talleres, Kurti y This introdujeron un nuevo campo llamado gastronomía molecular y física, luego abreviado como gastronomía molecular, para investigar la ciencia que existe al cocinar. Por ejemplo, ambos científicos trataron de descubrir si es necesario seguir un orden específico al agregar los



ingredientes de una receta para una comida. También cuestionaron algunas suposiciones existentes sobre el tiempo que se necesita para cocinar ciertos alimentos y el porqué de aumentar o disminuir la temperatura cuando se cocina o prepara una comida.

Con el paso de los años, el trabajo de Kurti y This despertó el interés en los chefs, cocineros y aficionados a la cocina, quienes también decidieron abordar las recetas de cocina desde otra perspectiva. En la actualidad es cada vez más grande el número de chefs que están usando materiales similares a los que pueden encontrarse en laboratorios de física o de química, con el objetivo de crear platos originales y sabrosos al mismo tiempo.

This trabaja en estrecha colaboración con chefs de restaurantes para asegurarse que los resultados de sus investigaciones sean utilizados en la cocina. Durante los últimos 10 años, ha trabajado con Pierre Gagnaire (chef francés muy conocido y dueño de restaurantes en muchas ciudades, como París, Londres, Dubai, Tokyo, y Hong Kong) para ayudarlo a crear recetas basadas en sus últimos hallazgos.

This ha propuesto crear una cocina "abstracta", en la cual no puedan reconocerse los ingredientes que se usaron para cocinar un cierto plato. Este concepto se basa en el arte abstracto, un estilo creado por los pintores Wassily Kandinsky y Piet Mondrian, en el cual no se representan personas ni cosas, sino combinaciones de formas y colores.

También se está estimulando a otros países a crear sus propios programas de gastronomía molecular. Actualmente, estos programas están en proceso en los Estados Unidos, Argentina, Cuba y muchos países europeos, incluyendo el Reino Unido, Italia, España e Irlanda. Las personas involucradas en estos programas trabajan juntas, intercambiando información sobre sus últimos hallazgos. (Turmero, 2013)

Hoy en día los estandartes de la Cocina Molecular los lleva Ferrán Adrià. Es un cocinero español considerado durante varios años como el mejor chef del mundo. La revista norteamericana Time incluyó a Adrià en la lista de los 10 personajes más innovadores del mundo en el año 2004. Chef de El Bulli



**UNIVERSIDAD DE CUENCA**

ubicado en Cataluña, creador empedernido de platos con esta técnica de Cocina Molecular.

Papeles con sabor, humos con sabores exóticos, espumas, aires, caviar del sabor que elijas. Estudia los químicos relacionados con los alimentos y los explota para mejorar técnicas y estructuras de la Cocina Molecular. (www.guioteca.com, 2011)





## **CAPÍTULO 3**

### **PRODUCTOS NACIONALES QUE VAN HA SER UTILIZADOS**

#### **3.1 Productos de la Sierra ecuatoriana**

La sierra consiste en dos cadenas importantes de montañas de los Andes, conocidas como la Cordillera occidental (cadena occidental) y Cordillera Oriental (cadena del este), y la meseta entre montañas. Uniendo estas dos cordilleras en forma transversal se encuentran elevaciones de montaña conocidos como nudos, los cuales dan origen a valles dentro de la meseta. El Nudo del Azuay, con 4.500 metros es el más alto de estos, divide a la sierra en dos subregiones, el área del volcanismo moderno al norte y el área del volcanismo antiguo al sur. La primera área consiste en montañas más nuevas, más altas que los de la sección antigua del volcanismo, que con el tiempo han evolucionado a niveles más bajos. Esto ha permitido que se tenga una extensa agricultura y ganadería (es.scribd.com, 2010)

#### **3.2 Características**

Al estar ubicados en la cordillera de los Andes el clima es frío, pero a la vez muy variable ya que va desde tardes muy calurosas a noches extremadamente frías, y de octubre a mayo va la temporada de lluvias

En esta zona se desarrolla una agricultura muy variada, tenemos cereales, como el trigo, quinua, cebada. Tubérculos como la papa, oca, camote, mashua, jicama, zanahoria blanca así como gran variedad de frutas verduras y hortalizas y como no nombrar a nuestro producto más representativo que es el maíz, el mismo que una vez cocido se transforma en MOTE . Así también tenemos la cría de cerdos, cuyes, borregos y truchas (es.scribd.com, 2010)

#### **3.3 Productos de la Costa**

La costa es una región de clima de cálido por lo cual se cultivan muchos productos de exportación así esta actividad es uno de los motores de crecimiento económico que tiene el país (es.scribd.com, 2010)



### 3.4 Características

En la Costa Ecuatoriana se cultivan el 70.04% de sembríos permanentes y un 61.36% de transitorios del total nacional.

Los productos que más se cultivan en el territorio del litoral ecuatoriano son:

Caña de Azúcar, Banano, Palma africana, Café, Cacao, Arroz, Soya, Cereales, Algodón, Condimentos, Frutas y otros cultivos tropicales, Y la actividad pesquera . (es.scribd.com, 2010)

### 3.5 Porque se van utilizar estos productos

Los productos seleccionados para el recetario, son los más representativos y versátiles al momento de elaborar los platos y son los siguientes:

Mote, verde, Taxo, quinua, uvilla, chocolate, camarón, cerdo, trucha, cuy, maní, pepa de zambo, papa, hoja de ortiga, hoja de remolacha, capulí, morocho, atún

Quínoa. Antiguo cereal muy rico en proteínas, originario de los Andes se cuece lavado para eliminar su sabor amargo, se utilizó en el menú de la boda de la Infanta María Cristina

Uvilla, especie de grosella

**Chocolate:** producto obtenido por la mezcla de cacao en polvo o pasta de cacao y azúcar. Adicionado o no, con manteca de cacao, se comercializa en tabletas y en polvo, recibe también este nombre la bebida que se hace con este producto desleído y cocido en agua o leche (es.wikipedia.org, 2016)

**Camarón:** Crustáceo de diez patas de unos tres a ocho centímetros, de color parduzco, cuerpo estrecho y comprimido algo encorvado, pico alargado en forma de cierra y con dos antenas largas, es una de las variedades de mariscos, más cotizadas. Generalmente se preparan hervidos, adquiriendo un color rojo, nombre común de varias especies de crustáceos marinos y de factoría/ langostino en los países iberoamericanos (www.hotelescuela.org.ve, 2009)



**Cerdo:** Se conoce como carne de cerdo a la procedente del ganado porcino doméstico, se caracteriza por su color más pálido que la de los demás animales mamíferos

Se determina su calidad por su color, consistencia y por qué no exuda jugo ya que cuando lo hace es blanda y oscura, indica lo contrario. El color sonrosado aumenta de tonalidad con la edad. Su contenido en proteínas es similar a la de las demás carnes, mientras que el de grasa se aproxima al 25%.

La carne de cerdo es imprescindible en la industria de la charcutería.

Se denominan lechones o cochinitillo, a los canales de animales machos o hembras y con un peso inferior a 7 kg. (Gallardo Ramon & Gallego , 2002)

**Trucha.** Es de río, de color verde o pardo, lleno de pintas rojas o negras, de cabeza pequeñas, carne de color blanca o encarnada-la asalmonada-,más o menos sabrosa dependiendo su procedencia (lago, río, río de alta montaña o piscifactoría) se caracteriza por ser magra ya que su contenido en grasas es inferior al 5% (Gallardo Ramon & Gallego , 2002)

**Cuy.** Conejillo de indias En lengua “quechua” mamífero roedor parecido al conejo. (Gallardo Ramon & Gallego , 2002)

**Atún.** Pez marino que vive en los mares templados. Algunas especies llegan a alcanzar cinco metros. En el mercado se encuentra fresco, ahumado, en aceite o escabechado. Desecado se obtiene la mojama (Gallardo Ramon & Gallego , 2002)

**Hoja de ortiga.** Según nutricionistas, el sabor es parecido al de la acelga o las espinacas, y al igual que esos alimentos, la ortiga también contiene fibra y proteína. En 100 gramos de esta planta hay de 6 a 8 gramos de proteína, indispensable para regenerar los músculos; y 9% de fibra, necesaria para mejorar el tránsito intestinal y evitar el molesto estreñimiento.

Antes de prepararla en ensaladas o sopas, se recomienda -tras recogerla-dejarla reposar unas horas para que no nos pique en el momento de manipularla. Se recomienda también retirar los tallos para evitar un sabor amargo. Como infusión, se recomienda consumirla hasta por cinco días.



Hoja de remolacha. Las hojas de la remolacha son ricas en potasio, calcio, vitamina A y otros minerales y vitaminas. También contienen altas cantidades de luteína y beta caroteno; ambos son antioxidantes que ayudan a mantener los ojos y la piel saludables. De sabor ligeramente dulce, las hojas son un buen agregado para las ensaladas y los sofritos o cocidas al vapor o salteadas para acompañar un plato de carne, pescado o pasta. (Writer, 2012)

**Pepa de zambo.** El valor nutritivo del zambo se encuentra en su semilla ya que tiene un alto grado de proteína, son apetecidas para elaboraciones tanto de sal como de dulce.

Mote, maíz desgranado cocido (FARLEX, 2003)

**Verde.** Este alimento proviene de la especie 'Musa' y pertenece a la familia de los 'Musáceos', su origen es asiático y se cultiva en todas las regiones tropicales y subtropicales de América.

Sus características son: de forma alargada y con algo de curvas, su peso, por unidad, es aproximadamente de 200 gramos, la piel es gruesa y de color verdoso y su pulpa (tiene una consistencia harinosa y su sabor, a diferencia de otros plátanos, no es dulce puesto que apenas contiene azúcares) es de tono blanco. (La Hora Nacional, 2012)

**Taxo.** La Curuba, taxo, tumbo, parcha o poroksa (en quechua) es una pasiflorácea del clado Tacsonia, nativa de la cordillera de los Andes en la selva alta, existen de varios tamaños. Se consume desde la época precolombina en Bolivia, Perú, Colombia, Ecuador y zonas tropicales donde se adaptan muy bien. (es.wikipedia.org, 2016)

**Capulí.** Esta especie se desarrolla en las zonas secas andinas. En Ecuador es uno de los dos frutales nativos de hoja caduca (que cambia cada año por ser un árbol de cuatro estaciones) junto al tocte. Es un frutal forestal longevo, es decir, puede vivir más de 80 años. En el país no hay cultivos extensivos. Hay plantas dispersas en producción como en Guano en Chimborazo, Nagsiche en Cotopaxi y Andignato, Tamboloma, Quero y Salasaca en Tungurahua.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Asimismo en varios cantones de Pichincha y de Azuay. ([www.elcomercio.com](http://www.elcomercio.com), 2012)

**Morocho:** raza tradicionales de maíz originaria, derivada e importadas

**Zapallo.** Denominación que recibe la calabaza en la mayoría de países de habla hispana (Gallardo Ramon & Gallego , 2002)

**Machica.** Harina de cebada tostada consumida mucho en la región de Cañar. (Gallardo Ramon & Gallego , 2002)

**Salón.** Denominación que recibe en la República del Ecuador, el redondo de vaca./Carne salada y seca (Gallardo Ramon & Gallego , 2002).



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **CAPÍTULO 4**

### **CREACIÓN DEL RECETARIO**

#### **4.1 Técnicas utilizadas en las preparaciones**

Las técnicas que se utilizaron en la elaboración de las preparaciones son:

Deconstrucción

Molecular

Tradicionales

Fusión.

#### **4.2 Métodos de cocción**

Los métodos que utilice fueron:

Cocción en medio seco, cocción en medio líquido o húmedo, cocción en medio graso y cocción mixta o combinada (agua y grasa).




#### 4.3 Elaboración de Fichas

RECETA: Bizcocho relleno de mouse de colada morada		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Harina tamizada  Claras separadas de yemas  Horno precalentado  Gelatina hidratada  Merengue italiano  Azúcar pesada	Biscocho surprise	Dosificar la cantidad de gelatina necesaria para no cambiar la textura del mouse  Realizar el mouse con antelación y llevar a refrigeración



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE: Bizcocho surprise					FECHA: 12/03/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
1	Harina	kg	0,12	12,00%	\$ 1,20	\$ 0,14
1	Azúcar	kg	0,120	12,00%	\$ 1,50	\$ 0,18
30	Huevos	un.	6,000	20,00%	\$ 3,00	\$ 0,60
1	Extracto de vainilla	lt.	0,005	0,50%	\$ 2,00	\$ 0,01
0,25	Colada morada	lt.	0,250	100,00%	\$ 1,00	\$ 1,00
0,25	Crema de leche	lt.	0,100	40,00%	\$ 0,75	\$ 0,30
0,03	Gelatina sin sabor	kg.	0,004	13,33%	\$ 1,00	\$ 0,13
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	150 gr.	Costo p porción:	\$ 1,18
TÉCNICAS						
Tamizar						
Hidratar						
Mezclar						
				FOTO		






UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: CHULETERO DE CERDO CON SALSA DE CAPULI Y MELOSO DE MOROCHO		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Capulí sin semillas  Coulis de capulí  Aguardiente de caña  Chuleta de cerdo grade 2.5 cm de ancho con el hueso limado  Mantequilla sin sal para montar la salsa  Hojas verdes en chifonade  Frasco spray para la vinagreta  Ají criollo preparado	Chuletero de cerdo  con salsa de capulí  y meloso de  morocho	Cuidar la cocción del cerdo  debe quedar jugosa se la  puede grillar es decir  marcar y luego al horno  No poner mucho  aguardiente en la salsa  Tapar el hueso con papel  aluminio antes de meter en  el horno para no quemarlo  El meloso ligarlo antes de  servirlo



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE: Chuletero de cerdo con meloso de morocho y salsa de capulí.						FECHA: 12/03/2016
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
1	Chuletero de cerdo	kg	0,4	40,00%	\$ 6,00	\$ 2,40
0,5	Morocho	kg	0,200	40,00%	\$ 1,00	\$ 0,40
1	Fondo de ave	lt	0,300	30,00%	\$ 1,50	\$ 0,45
0,25	Achiote	lt	0,050	20,00%	\$ 1,00	\$ 0,20
0,5	Cebolla morada	Kg	0,200	40,00%	\$ 1,00	\$ 0,40
0,25	Queso parmesano	Kg	0,050	20,00%	\$ 2,00	\$ 0,40
0,5	Mantequilla	Kg	0,100	20,00%	\$ 2,50	\$ 0,50
0,5	Capulí	Kg	0,150	30,00%	\$ 1,00	\$ 0,30
0,365	Aguardiente de caña	lt	0,050	13,70%	\$ 5,00	\$ 0,68
0,5	Ajo	Kg	0,020	4,00%	\$ 1,00	\$ 0,04
1	Aceite vegetal	lt	0,030	3,00%	\$ 2,00	\$ 0,06
0,05	Cilantro	Kg	0,010	20,00%	\$ 0,50	\$ 0,10
500	Azúcar	Kg	0,100	0,02%	\$ 0,70	\$ 0,00
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	350 gr.	Costo p porción:	\$ 2,97
<p>TÉCNICAS</p> <p>Cortar</p> <p>Sellar</p> <p>Ligar</p> <p>Abrillantar</p>				 <p>FOTO</p>		




UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: CHUPE DE TRIGO PERLADO CON MARISCOS		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Trigo cocido Mariscos limpios Cebolla en brunoise Ajo picado Habas tiernas cocidas Choclo en rodajas Zanahorias en macedonias Puré de ají Fondo de pescado Puré de zapallo	Este plato es un potaje a base de trigo se va a servir en una pizarra negra donde se pueda apreciar más el mismo También va a tener un toque fresco con los brotes	Cocinar los mariscos de acuerdo a su textura es decir primero los que necesitan más cocción hasta los que necesitan menos cocción Se puede añadir queso eso es opcional



UNIVERSIDAD DE CUENCA

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA**

FICHA TÉCNICA DE: Chupe de trigo con mariscos					FECHA: 12/03/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
0,5	Trigo cocinado	Kg.	0,25	50,00%	\$ 1,50	\$ 0,75
0,5	Cebolla morada	Kg.	0,050	10,00%	\$ 0,75	\$ 0,08
0,5	Habas tiernas	Kg.	0,050	10,00%	\$ 1,00	\$ 0,10
1	Corvina	Kg.	0,150	15,00%	\$ 7,00	\$ 1,05
0,5	Almejas	Kg.	0,030	6,00%	\$ 2,00	\$ 0,12
0,5	Mejillones	Kg.	0,030	6,00%	\$ 2,00	\$ 0,12
0,5	Camarón	Kg.	0,100	20,00%	\$ 4,00	\$ 0,80
0,25	Ajo	Kg.	0,040	16,00%	\$ 2,00	\$ 0,32
0,25	Choclo	Kg.	0,070	28,00%	\$ 1,00	\$ 0,28
0,25	Zapallo	Kg.	0,100	40,00%	\$ 1,00	\$ 0,40
0,5	Tomate	Kg.	0,070	14,00%	\$ 1,00	\$ 0,14
0,5	Achiote	Lt.	0,040	8,00%	\$ 1,50	\$ 0,12
0,5	Zanahoria	Kg.	0,030	6,00%	\$ 1,00	\$ 0,06
0,25	Calamar	Kg.	0,050	20,00%	\$ 2,00	\$ 0,40
0,5	Mantequilla	Kg.	0,030	6,00%	\$ 3,00	\$ 0,18
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	400 gr.	Costo p porción:	\$ 2,46
<b>TÉCNICAS</b>  Limpia Sella Rehoga Saltea Liga						
				FOTO		




RECETA: COPA TRICOLOR		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Dulce de zapallo  Coulis de chirimoya  Gelatina hidratada y disuelta  Copas limpias  Semillas de granada  Panela rallada	Copa tricolor	Siempre colocar primero la gelatina de tomate de árbol  Poner las preparaciones de las más pesadas a la más ligeras



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE:				FECHA:			
Copa Tricolor							12/03/2016
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.	
0,5	Zapallo	Kg.	0,2	40,00%	\$ 1,00	\$ 0,40	
0,5	Panela	Kg.	0,200	40,00%	\$ 2,00	\$ 0,80	
0,3	Chirimoya	Kg.	0,150	50,00%	\$ 3,00	\$ 1,50	
1	Tomate de árbol	Kg.	0,250	25,00%	\$ 1,50	\$ 0,38	
1	Azúcar	Kg.	0,100	10,00%	\$ 1,00	\$ 0,10	
0,03	Gelatina sin sabor	Kg.	0,007	23,33%	\$ 1,00	\$ 0,23	
250	Crema de leche	Lt.	0,250	0,10%	\$ 0,80	\$ 0,00	
0,25	Granada	Kg.	0,020	8,00%	\$ 2,00	\$ 0,16	
0,2	Canela en rama	Kg.	0,050	25,00%	\$ 0,75	\$ 0,19	
CANT. PRODUCIDA:							
CANT. PORCIONES:		3	DE:	100 gr.	Costo p porción:	\$ 1,25	
TÉCNICAS							
Hidratar							
Temperar							
Ligar							
Tamizar							
				FOTO			




UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: CUY EN TEXTURAS		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Cuy pelado y condimentado  Melloco cocinado  Mote cocinado sin cascara y procesado.  Brasa encendida  Cacerola resistente para el confitado con aceite y grasa de cerdo con granos de achiote  Tener un ají tradicional para decorar	Cuy en texturas	El aceite para el confitado nunca de hervir ni pasar de los 60 grados centígrados  para el soufflé de mote se debe poner a hornear 10 minutos antes de servir  cuidar la fritura del cuy de Chaltura primero cocinar y luego dorar.  solo se va utilizar las piernas y brazos del cuy para la preparación



# UNIVERSIDAD DE CUENCA

## CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE: <b>Cuy en Texturas</b>					FECHA: <b>09/03/2016</b>	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
1	Cuy	Kg.	0,3	30,00%	\$ 7,00	\$ 2,10
1	Aciete de maíz	Lt.	0,500	50,00%	\$ 3,00	\$ 1,50
0,5	Manteca de cerdo	Kg.	0,100	20,00%	\$ 2,00	\$ 0,40
0,1	Granos de achiote	Kg.	0,010	10,00%	\$ 1,00	\$ 0,10
0,5	Sal	Kg.	0,100	20,00%	\$ 0,75	\$ 0,15
0,5	Ajo	Kg.	0,150	30,00%	\$ 1,00	\$ 0,30
0,2	Comino	Kg.	0,020	10,00%	\$ 0,50	\$ 0,05
1	Carbón	Kg.	0,500	50,00%	\$ 2,00	\$ 1,00
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE: 300 gr.	Costo p porción: \$ 2,80		
TÉCNICAS				FOTO		
Confitar Freír Asar Despresar						






UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: Come y bebe con espuma de limón		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Jugo de naranja  Papaya picada  Chirimoya pulpa  Sandia lavada y picada  Claros de huevo  Jugo de maracuyá  Frutillas limpias y cortadas por la mitad  Azúcar	Come y bebe con  espuma de limón	Realizar con frutas fresca que tengan buena textura  Es necesario corregir con azúcar la acidez de ciertas frutas  Refrigerar se sirve frio  La espuma debe tener no más de 0.03 kg de gelatina sin sabor para no cambiar su textura



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE: Come y bebe con espuma de limón					FECHA: 11/03/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
10	Mango	Un.	3	30,00%	\$ 1,50	\$ 0,45
1	Sandia	Kg.	0,500	50,00%	\$ 3,00	\$ 1,50
20	Naranja	Un.	10,000	50,00%	\$ 1,50	\$ 0,75
0,8	Papaya	Kg.	0,300	37,50%	\$ 1,50	\$ 0,56
0,4	Chirimoya	Kg.	0,400	100,00%	\$ 3,00	\$ 3,00
20	Limón	Un.	6,000	30,00%	\$ 1,00	\$ 0,30
0,5	Melón	Kg.	0,200	40,00%	\$ 1,50	\$ 0,60
1	Azúcar	Kg.	0,300	30,00%	\$ 2,00	\$ 0,60
10	Maracuyá	Un.	4,000	40,00%	\$ 1,00	\$ 0,40
0,5	Frutilla	Kg.	0,150	30,00%	\$ 1,00	\$ 0,30
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		4	DE:	150 gr.	Costo p porción:	\$ 2,12
TÉCNICAS						
Pelar						
Lavar						
Limpiar						
				FOTO		




UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: ENCEBOLLADO DE PESCADO EN DESCONSTRUCCION		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Lomo de atún limpio y lavado  Polvo de tostado  Yuca cocinada  Hierbas como cilantro picado  Fondo de pescado  Tomate en concasé  Chifles largos	Encebollado de pescado en  desconstrucción	Cuidar la cocción del atún debe  quedar rosada por dentro  Refrigera al lomo de atún luego  del empanizado  Ver por la textura del caldo no  debe ser muy liquida se debe  ligar con yuca ya cocinada



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE: Encebollado en deconstrucción					FECHA: 12/03/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
0,5	Lomo de atún	Kg.	0,15	30,00%	\$ 3,50	\$ 1,05
1	Yuca	Kg.	0,350	35,00%	\$ 2,00	\$ 0,70
0,2	Maíz tostado	Kg.	0,070	35,00%	\$ 1,00	\$ 0,35
1	Plátano verde	Kg.	0,100	10,00%	\$ 1,00	\$ 0,10
1	Tomate riñón	Kg.	0,150	15,00%	\$ 0,80	\$ 0,12
0,5	Cebolla morada	Kg.	0,100	20,00%	\$ 1,00	\$ 0,20
0,1	Comino	Kg.	0,002	2,00%	\$ 2,00	\$ 0,04
0,25	Ají peruano	Kg.	0,004	1,60%	\$ 1,50	\$ 0,02
0,2	Pimienta	Kg.	0,003	1,50%	\$ 2,50	\$ 0,04
1	Aceite	Lt.	0,150	15,00%	\$ 2,50	\$ 0,38
0,1	Albahaca	Kg.	0,050	50,00%	\$ 1,00	\$ 0,50
20	Limón	Uni.	7,000	35,00%	\$ 1,00	\$ 0,35
0,05	Cilantro	Kg.	0,002	3,00%	\$ 0,50	\$ 0,02
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	250 gr.	Costo p porción:	\$ 1,93
<p>TÉCNICAS</p> <p>Empanizar</p> <p>Freír</p> <p>Cortar</p> <p>Sellar</p>						




UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: MOTE PATA CUENCANO		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Mote pelado y cocinado	Mote pata cuencano	Espesar la sopa con el mote
Pepa de zambo tostada		Siempre adicionar la pepa con
Tocino salado		la leche al último momento
Longaniza		El cuero se debe cocinar hasta
Sifón		que esté bien blando y suave
Cargas de co2		
Ají criollo preparado		
Cebolla y ajo en brunoise		
Condimentos		
Orégano fresco		
Costilla de cerdo limpia		



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE: <b>Mote pata cuencano</b>					FECHA: <b>12/03/2016</b>	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
0,5	Costilla de cerdo	Kg.	0,2	40,00%	\$ 2,50	\$ 1,00
0,5	Cuero de chanco	Kg.	0,100	20,00%	\$ 2,00	\$ 0,40
0,5	Longaniza	Kg.	0,100	20,00%	\$ 3,00	\$ 0,60
0,5	Cebolla morada	Kg.	0,050	10,00%	\$ 1,00	\$ 0,10
0,25	Pepa de sambo	Kg.	0,075	30,00%	\$ 3,00	\$ 0,90
1	Carne de chanco	Kg.	0,100	10,00%	\$ 2,50	\$ 0,25
1	Leche	Lt.	0,030	3,00%	\$ 0,80	\$ 0,02
0,25	Tocino	Kg.	0,100	40,00%	\$ 2,00	\$ 0,80
0,1	Orégano	Kg.	0,005	5,00%	\$ 0,50	\$ 0,03
0,2	Comino	Kg.	0,003	1,50%	\$ 1,00	\$ 0,02
0,2	Ají	Kg.	0,050	25,00%	\$ 0,50	\$ 0,13
1	Achiote	Lt.	0,030	3,00%	\$ 1,00	\$ 0,03
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	300 gr.	Costo p porción:	\$ 2,13
<b>TÉCNICAS</b>  Limpia Sellar Rehogar Freír Ligar						




UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: ENSALADA DEL PARAMO		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
La ortiga debe estar hervida es decir sacada la clorofila  Jugo de granadilla  Las hojas siempre limpias lavadas desinfectadas  Langostinos marinados y con su cabeza  La quinua ya deshidratada y lista para empanizar  Chochos pelados y lavados	Ensalada del  Paramo	Luego de empanizar los langostinos llevar a refrigeración para que se compacte la quinua  La ortiga producto delicado no sobre cocerla  Cuidar la acidez en la uvilla  La marinada se va a poner antes de servir para que no marchite la ensalada  El aguacate se van hacer laminas el momento de servir y poner la vinagreta para que no sufra oxidación



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE:					FECHA:	
Ensalada del Páramo					10/03/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
0,5	Langostinos	Kg.	0,1	20,00%	\$ 6,00	\$ 1,20
0,1	Mix de hojas verdes	Kg.	0,060	60,00%	\$ 1,50	\$ 0,90
0,4	Quinua	Kg.	0,070	17,50%	\$ 2,00	\$ 0,35
0,3	Granadilla	Kg.	0,090	30,00%	\$ 1,00	\$ 0,30
0,15	Granada semillas	Kg.	0,030	20,00%	\$ 1,00	\$ 0,20
0,25	Chochos	Kg.	0,030	12,00%	\$ 2,50	\$ 0,30
1	Aceite	Lt.	0,015	1,50%	\$ 5,00	\$ 0,08
0,5	Sal	Kg.	0,005	1,00%	\$ 0,75	\$ 0,01
0,2	Pimienta	Kg.	0,004	2,00%	\$ 1,00	\$ 0,02
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	200 gr.	Costo p porción:	\$ 1,68
TÉCNICAS  Deshidratar  Freír  Empanizar  Trocear						
				FOTO		






UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: GRANITÉ DE MAPANAGUA		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Maquina sorbetera  Jugo de limón  Ralladura de limón  Clara de huevo  Azúcar  Mapanagua lista  Shot para servir el granité  O cuchara china	Granite de mapanagua	Colar la mapanagua para quitar impurezas  luego de que salga de la sorbetera llevar a congelación por 24 horas  raspar el granité periódicamente  para que no forme cristales de hielo



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE:				FECHA:		
Granizado de mapanagua				10/03/2016		
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
1	Mapanagua	Lt.	0,250	25,00%	\$ 3,00	\$ 0,75
0,5	Azúcar	kg.	0,150	30,00%	\$ 1,00	\$ 0,30
1	Agua	Lt.	0,150	15,00%	\$ 0,50	\$ 0,08
20	Limón	Uni.	5,000	25,00%	\$ 1,00	\$ 0,25
10	Ralladura de limón	Uni.	2,000	20,00%	\$ 0,50	\$ 0,10
30	Clara de huevo	Uni.	2,000	6,67%	\$ 3,00	\$ 0,20
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		3	DE:	120 gr.	Costo p porción:	\$ 0,84
TÉCNICAS  Pelar  Cortar						
				FOTO		



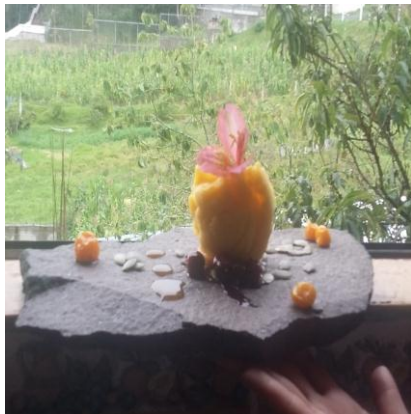
UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: HEALDO NITRO DE UVILLA CON CROCANTE DE PERA DE SAMBO		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Termo con tres litros de nitrógeno liquido  Crema inglesa fría  Coulis de uvillas  Estabilizador CMC  Ganache de chocolate  Quinoa suflada lista  Pepa de zambo tostada y picada  Guates para trabajo	Helado nitro de uvilla con crocante de pera de Zambo	Trabajar con mucho cuidado con el nitrógeno liquido  Tomar las precauciones necesarias para no causar accidentes  Mezclar el CMC con productos secos  Utilizar un buen chocolate 70 % cacao puro



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE: tro de Uvilla con crocante de pepa de sambo					FECHA: 10/03/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
0,5	Uvillas	Kg.	0,25	50,00%	\$ 2,00	\$ 1,00
30	Yemas de huevo	Uni.	6,000	20,00%	\$ 3,00	\$ 0,60
1	Azúcar	Kg.	0,250	25,00%	\$ 1,00	\$ 0,25
0,75	Extracto de vainilla	Lt.	0,020	2,67%	\$ 2,00	\$ 0,05
0,35	Leche evaporada	Lt.	0,100	28,57%	\$ 2,40	\$ 0,69
1	Leche entera	Lt.	0,100	10,00%	\$ 0,80	\$ 0,08
0,5	Estabilizante CMC	kg.	0,010	2,00%	\$ 9,00	\$ 0,18
500	Pepa de sambo	kg.	0,200	0,04%	\$ 2,00	\$ 0,00
1	Nitrógeo líquido	Lt.	0,400	40,00%	\$ 5,00	\$ 2,00
0,5	Chocolate negro	Kg.	0,150	30,00%	\$ 2,00	\$ 0,60
0,25	Crema de leche	Lt.	0,050	20,00%	\$ 1,00	\$ 0,20
0,5	Mantequilla	Kg.	0,030	6,00%	\$ 2,00	\$ 0,12
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	150 gr.	Costo p porción:	\$ 2,88
TÉCNICAS						
Enfriar						
Temperar						
Mezclar						
Abrillantar						




UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: MOUSE DE CHOCOLATE Y MACHICA		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Machica lista  Chocolate fundido  Gelatina hidratada  Molde pequeño engrasado  Frutas rojas lavadas	Mouse de chapo	Dosificar la cantidad de gelatina adecuada  Mezclar bien la machica con el chocolate que no haya grumos  Servir con salsa de frutos rojos o algo que posea algo de acidez



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TECNICA DE: Mouse de machica y chocolate					FECHA: 11/03/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
0,4	Machica	Kg.	0,1	25,00%	\$ 1,00	\$ 0,25
0,25	Chocolate	Kg.	0,100	40,00%	\$ 2,50	\$ 1,00
0,25	Crema de leche	Lt.	0,150	60,00%	\$ 0,80	\$ 0,48
0,03	Gelatina sin sabor	Kg.	0,007	23,33%	\$ 1,00	\$ 0,23
1	Leche	Lt.	0,100	10,00%	\$ 0,80	\$ 0,08
0,5	Harina	Kg.	0,120	24,00%	\$ 1,00	\$ 0,24
30	Huevos	Uni.	6,000	20,00%	\$ 3,00	\$ 0,60
0,5	Mantequilla	Kg.	0,075	15,00%	\$ 3,00	\$ 0,45
0,075	Extracto de vainilla	Lt.	0,005	6,67%	\$ 1,35	\$ 0,09
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	150 gr.	Costo p porción:	\$ 1,71
<b>TÉCNICAS</b>  Montar  Batir  Temperar  Mezclar  Tamizar						




UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: ROLLO DE VERDE CON ESPUMA DE MANI Y AJI		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Verde rallado	Este plato esta inspirado en el famoso corviche manabita	Cuidar que el verde este fresco y el rallado sea fino
Puré de verde cocinado y molido	Este plato se servirá en una	Al igual que el cocinado y molido este sin grumos
Pasta de maní	pedra para su mejor presentación	Cuidar la fritura de los rollos que no se quemen
Puré de ají	Y se va a decorar con pulpo y la espuma que va ha cambiar la textura de salsa y va a tener una forma diferente a la tradicional	Solo que queden crocantes
Esterilla de bambú forrada con papel film		Al momento de servir tener cuidado de poner la espuma
Sifón ISI		Cuidar la cocción del pulpo
Cargas de co2		Asustar al pulpo antes de cocinarlo
Vinagre de guineo		
Pulpo pequeño limpio		



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE:				FECHA:		
Rollo de verde				12/03/2016		
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
1	Plátano verde	Kg.	0,3	30,00%	\$ 1,00	\$ 0,30
0,5	Maní	Kg.	0,150	30,00%	\$ 1,50	\$ 0,45
0,5	Pulpa de cangrejo	Kg.	0,050	10,00%	\$ 4,00	\$ 0,40
0,5	Camarón	Kg.	0,070	14,00%	\$ 3,50	\$ 0,49
0,5	Pescado albacora	Kg.	0,100	20,00%	\$ 2,50	\$ 0,50
0,5	Cebolla	Kg.	0,020	4,00%	\$ 1,00	\$ 0,04
0,5	Pulpo	Kg.	0,080	16,00%	\$ 2,50	\$ 0,40
1	Leche	Lt.	0,150	15,00%	\$ 0,89	\$ 0,13
0,5	Ajo	Kg.	0,020	4,00%	\$ 1,00	\$ 0,04
0,5	Sal	Kg.	0,005	1,00%	\$ 0,75	\$ 0,01
0,2	Comino	Kg.	0,003	0,50%	\$ 1,00	\$ 0,02
0,2	Pimienta	Kg.	0,003	1,50%	\$ 2,00	\$ 0,03
1	Aceite	Lt.	0,250	25,00%	\$ 2,50	\$ 0,63
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES:		2	DE:	150 gr.	Costo p porción:	\$ 1,72
TÉCNICAS						
Freír						
Cortar						
Estirar						
Enfriar						
				FOTO		






UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: TARTAR DE TRUCHA Y QUINUA		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Trucha cortada en cubo de medio centímetro y previamente marina  Jugo de taxo  Reducción del mismo  Fumet de pescado  Quinua lavada hidratada  Aceite de aguacate listo  Cebolla en brunoise timbal metálico para mayor seguridad	Tartar de trucha y quinua	Al cocinar la quinua no se debe poner mucho cuidado no tiene un punto de cocción exacta  Siempre cuidar la frescura de la trucha  En el montaje ver que el molde sea metálico para mayor facilidad  Y cuidar la acidez de la vinagretas



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

FICHA TÉCNICA DE:					FECHA:	
Tartar de trucha y quinua					10/03/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
0,25	Trucha asalmonada	Kg.	0,1	40,00%	\$ 3,00	\$ 1,20
0,25	Quinua	Kg.	0,150	60,00%	\$ 1,00	\$ 0,60
0,5	Cebolla morada	Kg.	0,015	3,00%	\$ 7,00	\$ 0,21
0,5	Taxo	Kg.	0,100	20,00%	\$ 6,50	\$ 1,30
1	Fondo de pescado	Lt.	0,200	20,00%	\$ 1,00	\$ 0,20
20	Limón	Kg.	4,000	20,00%	\$ 1,00	\$ 0,20
0,1	Hierba luisa	Kg.	0,050	50,00%	\$ 0,25	\$ 0,13
0,5	Sal	Kg.	0,005	1,00%	\$ 0,75	\$ 0,01
0,2	Pimenta	Kg.	0,005	2,50%	\$ 0,50	\$ 0,01
1	Aceite de aguacate	Lt.	0,050	5,00%	\$ 5,98	\$ 0,30
CANT. PRODUCIDA:		2	DE:	150 gr.	Costo p porción: \$ 2,08	
CANT. PORCIONES:						
TÉCNICAS						
Marinar						
Reducir						
Cortar						
Emulsionar						




UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECETA: TROCHA GUISADA		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Papa chucha cocinada  Salón limpio y desvenado  Vegetales limpios y lavados	Troncha guisada	La troncha debe estar bien cocinada  Los vegetales tiernos  Se va a servir con una jaucha de nabos y ají



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

Troncha guisada con jaucha de nabos					FECHA: 1203/2016	
C. BRUTA	INGREDIENTES	U.C.	C. NETA	REND. EST.	PRECIO U.	PRECIO C.U.
1	Salón	Kg.	0,2	20,00%	\$ 3,00	\$ 0,60
0,5	Tomate riñón	Kg.	0,150	30,00%	\$ 1,00	\$ 0,30
0,5	Cebolla morada	Kg.	0,100	20,00%	\$ 0,80	\$ 0,16
0,5	Zanahoria	Kg.	0,100	20,00%	\$ 1,00	\$ 0,20
1	Papa chaucha	Kg.	0,200	20,00%	\$ 1,00	\$ 0,20
0,5	Arvejas	Kg.	0,100	20,00%	\$ 1,50	\$ 0,30
0,2	Pimienta	Kg.	0,003	1,50%	\$ 2,00	\$ 0,03
0,05	Laurel	Kg.	0,002	4,00%	\$ 1,50	\$ 0,06
0,2	Nabos	Kg.	0,050	25,00%	\$ 0,80	\$ 0,20
0,5	Manteca de cerdo	Kg.	0,070	14,00%	\$ 1,50	\$ 0,21
0,5	Sal	Kg.	0,003	0,60%	\$ 1,00	\$ 0,01
0,2	Comino	Kg.	0,003	1,50%	\$ 2,00	\$ 0,03
0,25	Achiote	Lt.	0,015	6,00%	\$ 2,50	\$ 0,15
CANT. PRODUCIDA:						
CANT. PORCIONES: 2 DE: 300 gr. Costo p porción: \$ 1,22						
TÉCNICAS						
Sellar						
Rehogar						
Saltear						
				FOTO		



#### 4.4 Degustación y tabulación de resultados

Para medir el grado de aceptación de las recetas se hizo una degustación a tres profesores de la Escuela de Gastronomía de la Universidad de Cuenca.

El formato que se utilizó fue el siguiente:

Nombre:

Fecha:

Tomando en consideración, que la calificación va de la siguiente manera:

1	MUY MALO
2	MALO
3	REGULAR
4	SATISFATORIO
5	MUY SATISFATORIO

1.- Del 1 al 5 califique la presentación del plato ( )

2.- Del 1 al 5 califique la textura ( )

3.- Del 1 al 5 califique el sabor del plato ( )

4.- Recomendaciones

.....

.....

.....



#### 4.4.1 Tabulación de resultados

Nombre: Chupe de trigo con mariscos

Fecha: 18 de Marzo del 2016

Tomando en consideración, que la calificación va de la siguiente manera:

1	MUY MALO
2	MALO
3	REGULAR
4	SATISFATORIO
5	MUY SATISFATORIO

1. Del 1 al 5 califique la presentación del plato. ( )

4	4	4	Total 4
---	---	---	---------

2.- Del 1 al 5 califique la textura ( )

3.5	4	4	Total 3.83
-----	---	---	------------

3.- Del 1 al 5 califique el sabor del plato ( )

5	4	4	Total 4.3
---	---	---	-----------



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Nombre: Chuletero de cerdo con meloso de morocho

Fecha: 18 de Marzo del 2016

Tomando en consideración, que la calificación va de la siguiente manera:

1	MUY MALO
2	MALO
3	REGULAR
4	SATISFATORIO
5	MUY SATISFATORIO

1. Del 1 al 5 califique la presentación del plato. ( )

4	4	4	Total 4
---	---	---	---------

2.- Del 1 al 5 califique la textura ( )

5	4	5	Total 4,6
---	---	---	-----------

3.- Del 1 al 5 califique el sabor del plato ( )

4	4	4	Total 4
---	---	---	---------



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Nombre: Mouse de machica y chocolate

Fecha: 18 de Marzo del 2016

Tomando en consideración, que la calificación va de la siguiente manera:

1	MUY MALO
2	MALO
3	REGULAR
4	SATISFATORIO
5	MUY SATISFATORIO

1. Del 1 al 5 califique la presentación del plato. ( )

4	3	3	Total 3.3
---	---	---	-----------

2.- Del 1 al 5 califique la textura ( )

4	4	4	Total 4
---	---	---	---------

3.- Del 1 al 5 califique el sabor del plato ( )

5	4	4	Total 4
---	---	---	---------

Recomendaciones:

En este plato se hizo una recomendación de que en la parte de la presentación se haga un cambio y se la mejore.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Nombre: Copa tricolor

Fecha: 18 de Marzo del 2016

Tomando en consideración, que la calificación va de la siguiente manera:

1	MUY MALO
2	MALO
3	REGULAR
4	SATISFATORIO
5	MUY SATISFATORIO

1. Del 1 al 5 califique la presentación del plato. ( )

4	4	4	Total 4
---	---	---	---------

2.- Del 1 al 5 califique la textura ( )

5	5	5	Total 5
---	---	---	---------

3.- Del 1 al 5 califique el sabor del plato ( )

4	4	4	Total 4
---	---	---	---------



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## CONCLUSIONES

Luego de haber terminado este trabajo he llegado a las siguientes conclusiones:

El conocer sobre la riqueza de nuestros productos que existe en el Ecuador y que muchos desconocemos.

El saber que podemos cambiar la forma pero no el fondo de nuestra cocina tradicional.

La gran variedad de técnicas de Vanguardia existentes pero no todas se pueden aplicar a ciertos productos hay que buscar la más adecuada.

Que nuestra cocina si necesita repuntar a nivel mundial ya que vivimos en una zona privilegia con variedad de productos que en otros países no existen.

Que este cambio a la cocina tradicional va ayudar a otros cocineros a seguir investigando y elaborando más recetas con nuestros productos.

Que la cocina de Autor no solo es cocina molecular que se puede elaborar vanguardia también con solo cambiar montajes de los platos y buscar otra forma de presentación.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## RECOMENDACIONES

Se recomienda utilizar la cocina de Autor siempre y cuando se respete la tradición cambiar la forma más no el fondo.

El respeto por nuestros productos y la importancia que destaca cada uno de ellos.

Seguir siempre las normas BPM las buenas prácticas de manipulación para garantizar el consumo libre de organismos que pueda causar ETAS.

Que nuevos cocineros practiquen este tipo de cocina para enriquecer la gastronomía de nuestro país.

Trabajar con productos frescos e los mejores estados para tener un producto final de calidad.

Cuidar las temperaturas e cocción en los géneros o carnes.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## ANEXOS

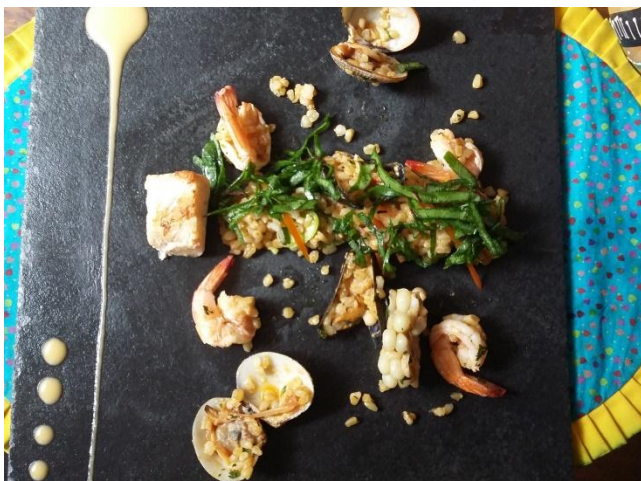
Documentación Fotográfica

Encebollado en deconstrucción



Fuente: El Autor

Chupe de trigo y mariscos



Fuente: El Autor



UNIVERSIDAD DE CUENCA

### Helado Nitro de uvilla



Fuente: El Autor

### Sifón isi



Fuente: El Autor



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Mote pata en deconstrucción



Fuente: El Autor

Elaboración de espuma de maní



Fuente: El Autor



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## Presentación para la degustación



Fuente: El Autor

## Degustación



Fuente: El Autor





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Mouse de machica y chocolate



Fuente: El Autor

Cuy en texturas



Fuente: El Autor





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Foto de referencia



Fuente: El Autor



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## BIBLIOGRAFÍA

Álvarez, S. M. (17 de octubre de 2012). *restaurantmontevideo*. Recuperado el 5 de noviembre de 2015

Blanco, J. M. (2012). *COCINA FUSIÓN*. Recuperado el 8 de noviembre de 2015, de <http://www.bagoconsumomasivo.com.ar/espacio-gourmet-cocina-fusion-nikkei.asp>

cocinayvino.net. (2015). *Todo sobre la cocina de autor*. Obtenido de <http://cocinayvino.net/gastronomia/especiales/1803-todo-sobre-la-cocina-de-autor.html>

de chef a chef. (s.f.). *dechefachef.tripod*. Recuperado el 15 de septiembre de 2016

El laboratorio en la cocina. (17 de noviembre de 2006). *univision*. Recuperado el 17 de septiembre de 2015, de <http://gastronlab.blogspot.com/2010/01/introduccion-la-cocina-de-autor-fusion.html>

el tenedor blog. (28 de junio de 2013). *el netenod blog*. Recuperado el 2015 de agosto de 2015

es.scribd.com. (2010). *Cultivos de la sierra ecuatoriana*. Obtenido de <https://es.scribd.com/doc/43297577/Cultivos-de-La-Sierra-Ecuatoriana>

es.wikipedia.org. (2016). *Chocolate*. Obtenido de <https://es.wikipedia.org/wiki/Chocolate>

es.wikipedia.org. (2016). *Cocción de alimentos*. Obtenido de [https://es.wikipedia.org/wiki/Cocci%C3%B3n\\_de\\_alimentos](https://es.wikipedia.org/wiki/Cocci%C3%B3n_de_alimentos)

es.wikipedia.org. (2016). *Curuba*. Obtenido de <https://es.wikipedia.org/wiki/Curuba>



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Estellis, A. (15 de junio de 2009). *tecnicas-de-cocina.blogspot*. Recuperado el 5 de noviembre de 2015

Extilles Alex. (2009). *TECNICAS DE COCINA*. Obtenido de <http://tecnicas-de-cocina.blogspot.com/>

FARLEX. (2003). *The Free Dictionary*. Recuperado el 15 de febrero de 2016

Ferran Adriá. (2015). *Cocina de autor*. Obtenido de <http://dechefachef.tripod.com/jr/id56.html>

FerrerInnovation. (2014). *Cocina de Vanguardia* . Obtenido de <http://ferrerinnovation.blogspot.com/p/cocina-de-vanguardia.html>

FerrerInnovation. (27 de 02 de 2010). *ferrerinnovation.blogspot*. Recuperado el 24 de agosto de 2015

Gallardo Ramon, P. M., & Gallego , J. F. (2002). *DICCIONARIO DE HOSTELERÍA*. España : ISBN.

Grupo Editorial Prensa Iberica. (23 de 09 de 2013). *ocio.ine*. Recuperado el 19 de 09 de 2015

Hernando Alberto . (2010). *COCINA CREATIVA* . Obtenido de [http://www.cctmurcia.es/formacion/SPF20101452\\_M.pdf](http://www.cctmurcia.es/formacion/SPF20101452_M.pdf)

Joan Carles Tortosa. (2012). *La cocina de vanguardia:* . Obtenido de [https://ddd.uab.cat/pub/disturbis/disturbis\\_a2012n12/disturbis\\_a2012n12a15.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/disturbis/disturbis_a2012n12/disturbis_a2012n12a15.pdf)  
f

Jornadas Gastronómicas. (2011). *SABORES DEL MUNDO* . Obtenido de [http://www.ecocentro.es/content/news\\_images/110414%20JNG%20ABR11.pdf](http://www.ecocentro.es/content/news_images/110414%20JNG%20ABR11.pdf)



UNIVERSIDAD DE CUENCA

La Hora Nacional. (20 de octubre de 2012). *mas cocina*. Recuperado el 15 de febrero de 2016

Meléndez Torres, J. M., & Cañez De la Fuente, G. M. (2009). *scielo.org*. Recuperado el 14 de septiembre de 2016, de  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-45572009000300008](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572009000300008)

Nectar . (2016). *Cocina de Autor* . Obtenido de  
<https://www.facebook.com/457605867653559/photos/a.486336061447206.1073741832.457605867653559/979315942149213/?type=3&theater>

ocio.lne.es. (2013). *Cocina de autor, las técnicas más innovadoras*. Obtenido de  
<http://ocio.lne.es/gastronomia/noticias/nws-225194-cocina-autor-tecnicas-mas-innovadoras.html>

omanoristorante.es. (2015). *Cómo es la alta cocina italiana*. Obtenido de  
<http://romanoristorante.es/como-es-la-alta-cocina-italiana/>

recetaecuatoriana.com. (2014). *Tipos de cocina*. Recuperado el 14 de septiembre de 2015, de <http://recetaecuatoriana.com/la-cocina/tipos-de-cocina/>

Rune//RBN DESING. (24 de 01 de 2010). Recuperado el 2 de 09 de 2015

Sanz Armendáriz, J. L. (2011). *Procesos de cocina*. Madrid: Paraninfo.

Simple organization. (2012). *tiposde.org*. Recuperado el 24 de agosto de 2015, de  
<http://www.tiposde.org/cotidianos/609-tipos-de-cocina/>

sites.google.com. (2015). *Cocina de Autor* . Obtenido de  
<https://sites.google.com/site/cocinaauto/historia>



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Suárez Peñafiel, M. C., & Saldaña Galindo, A. (2013). *COCINA DE AUTOR:*

*ELABORACIÓN DE 24 PLATOS EN BASE A LA MASHUA MELLOCO Y OCA.*

Obtenido de [dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/3700/1/TESIS.pdf](https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/3700/1/TESIS.pdf)

Turmero, P. (2013). *Llevando la Química a la Cocina*. Recuperado el 10 de octubre de

2015, de <http://www.monografias.com/trabajos100/llevando-quimica-cocina/llevando-quimica-cocina.shtml>

vivez votre vie est fantastique. (s.f.). *roussy168.wordpress*. Recuperado el 15 de septiembre de 2016

wikipedia. (28 de marzo de 2012). *wikipedia.org*. Recuperado el 12 de septiembre de 2015, de [https://es.wikipedia.org/wiki/Arte\\_culinario](https://es.wikipedia.org/wiki/Arte_culinario)

Writer, C. (12 de marzo de 2012). *ehowenespanol*. Recuperado el 15 de febrero de 2016

*www.elcomercio.com*. (2012). *El capulí es un fruto andino que se desarrolla y degusta en la Serranía*. Obtenido de <http://www.elcomercio.com/actualidad/negocios/capuli-fruto-andino-que-se.html>

*www.guioteca.com*. (11 de marzo de 2011). *guioteca*. Recuperado el 10 de noviembre de 2015, de <http://www.guioteca.com/cocina/la-cocina-molecular/>

*www.hotelescuela.org.ve*. (2009). *camarón*. Obtenido de <http://www.hotelescuela.org.ve/terminhotur/node/701>